

CYNDI DALE

LE CORPS SUBTIL

LA GRANDE ENCYCLOPÉDIE DE
L'ANATOMIE ÉNERGÉTIQUE



THE SUBTLE BODY

VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM

CYNDI DALE

LE CORPS SUBTIL

(THE SUBTLE BODY)

LA GRANDE ENCYCLOPEDIE DE
L'ANATOMIE ÉNERGÉTIQUE



www.macroeditions.com

Titre original: The Subtle Body. An Encyclopedia of Your Energetic anatomy

© 2009 Cyndi Dale
SOUNDS TRUE
PO Box 8010
Boulder CO 80306

coordination éditoriale	Chiara Naccarato
traduction	Cynthia Syoen
révision	Marylène Di Stefano
couverture	Tecnicemiste srl, Bertinoro (FC), Italie
mise en page	Laura Santoro
impression	Tipografia Lineagrafica, Città di Castello - Italie

1^{re} édition mai 2013

© 2013 **Macro Éditions**
www.macroeditions.com (France)
www.macroedizioni.it (Italie)
Via Giardino 30,
47522 Cesena - Italie

ISBN ePub: 978-88-6229-924-4
ISBN Mobi: 978-88-6229-925-1

eBook by ePubMATIC.com

TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION

PARTIE I : ÉNERGIE ET GUÉRISON ÉNERGÉTIQUE

1. L'énergie est universelle
2. Le thérapeute énergétique

PARTIE II : L'ANATOMIE HUMAINE

3. Les cellules
4. L'ADN
5. Le système squelettique
6. Le système musculaire
7. Le système nerveux
8. La peau
9. Le système circulatoire
10. Le système respiratoire
11. Le système endocrinien
12. Le système digestif
13. Le système excréteur
14. Le système reproducteur
15. Le métabolisme
16. Le système immunitaire
17. Les sens

PARTIE III : LES CHAMPS ÉNERGÉTIQUES

18. Une première approche des champs énergétiques
19. Deux théories du champ unifié
20. Les champs naturels
21. Le rayonnant éclat des molécules : une recherche d'objets trouvés
22. Les champs-L et les champs-T : des partenaires qui composent la réalité ?
23. La pollution du champ : le stress géopathique
24. Le pouvoir du magnétisme
25. La guérison par imposition des mains et à distance : la preuve de l'existence de champs subtils et d'une réalité non locale
26. La géométrie sacrée : les champs de vie
27. Les champs énergétiques humains

PARTIE IV : LES CANAUX D'ÉNERGIE : CANAUX DE LUMIÈRE

28. L'histoire de la thérapie des méridiens
29. Un aperçu du système des méridiens
30. Théories sur l'existence, le rôle et le fonctionnement des méridiens
31. L'histoire de la science des méridiens
32. Les méridiens principaux
33. Les principaux points d'acupuncture
34. Les cinq phases et les théories de diagnostic connexes
35. Les sept émotions et les organes correspondants

PARTIE V : LES CORPS ÉNERGÉTIQUES : LES CHAKRAS ET AUTRES « INTERRUPTEURS »

36. Les corps énergétiques
37. La kundalini, la force unificatrice

- 38. Rencontre des principes scientifiques et de la théorie des chakras
- 39. Les systèmes chakriques dans le monde
- 40. Le système énergétique mystique juif : l'ancienne Kabbale

PARTIE VI : PRATIQUES ÉNERGÉTIQUES

CONCLUSION

REMERCIEMENTS

NOTES

BIBLIOGRAPHIE

CRÉDITS ICONOGRAPHIQUES

TABLEAUX ET ILLUSTRATIONS

À PROPOS DE L'AUTEUR

À PROPOS DE L'ILLUSTRATEUR

TABLEAUX ET ILLUSTRATIONS

PARTIE I : ÉNERGIE ET GUÉRISON ÉNERGÉTIQUE

- 1.1 Dons psychiques relevant des chakras : du psychisme à l'intuition (tableau)

PARTIE II : L'ANATOMIE HUMAINE

- 2.1 Une cellule humaine
- 2.2 La nébuleuse en forme d'ADN
- 2.3 Cellules fasciales
- 2.4 La glande pituitaire
- 2.5 Le champ électromagnétique du cœur
- 2.6 Cellules « tueuses » attaquant un virus

PARTIE III : LES CHAMPS ÉNERGÉTIQUES

- 3.1 Champs réels
- 3.2 Les champs d'énergie subtile
- 3.3 La résonance de Schumann
- 3.4 Lignes telluriques mondiales
- 3.5 Le champ magnétique du corps
- 3.6 Les formes de magnétisme (tableau)
- 3.7 Onde sinusoïdale
- 3.8 Sphère
- 3.9 Suite de Fibonacci
- 3.10 Tore
- 3.11 La section dorée
- 3.12 Merkaba
- 3.13 Cube de Métatron
- 3.14 Fleur de vie
- 3.15 Pentachore
- 3.16 La géométrie sous-jacente aux chakras
- 3.17 Les solides de Platon
- 3.18 Cymaglyphe de la voix humaine
- 3.19 Cymaglyphe des anneaux d'Uranus
- 3.20 Les couches du champ aurique
- 3.21 Le point d'assemblage

PARTIE IV : LES CANAUX D'ÉNERGIE : CANAUX DE LUMIÈRE

- 4.1 Les méridiens yin et yang (tableau)
- 4.2 Les méridiens principaux, vue antérieure
- 4.3 Les méridiens principaux, vue postérieure
- 4.4 Le méridien des Poumons
- 4.5 Le méridien du Gros Intestin
- 4.6 Le méridien de l'Estomac
- 4.7 Le méridien de la Rate
- 4.8 Le méridien du Cœur
- 4.9 Le méridien de l'Intestin Grêle
- 4.10 Le méridien de la Vessie
- 4.11 Le méridien des Reins
- 4.12 Le méridien du Péricarde
- 4.13 Le méridien du Triple Réchauffeur

- 4.14 Le méridien de la Vésicule Biliaire
- 4.15 Le méridien du Foie
- 4.16 Le vaisseau Conception
- 4.17 Le vaisseau Gouverneur
- 4.18 Les méridiens de la tête
- 4.19 Diagramme des cinq phases
- 4.20 Les cinq éléments chinois (tableau)
- 4.21 Les sept émotions et les organes (tableau)
- 4.22 Aliments et émotions (tableau)
- 4.23 Les cycles du qi : l'horloge biologique

PARTIE V : LES CORPS ÉNERGÉTIQUES : LES CHAKRAS ET AUTRES « INTERRUPTEURS »

- 5.1 Anatomie d'un chakra
- 5.2 Les chakras en tant qu'ondes
- 5.3 Les chakras sur le spectre électromagnétique
- 5.4 Les chakras et le système endocrinien
- 5.5 Le système des chakras hindous
- 5.6 Le premier chakra : Muladhara
- 5.7 Le deuxième chakra : Svadhisthana
- 5.8 Le troisième chakra : Manipura
- 5.9 Le quatrième chakra : Anahata
- 5.10 Le cinquième chakra : Vishuddha
- 5.11 Le sixième chakra : Ajna
- 5.12 Le septième chakra : Sahasrara
- 5.13 Les aspects de la conscience (tableau)
- 5.14 Le Sushumna
- 5.15 Les principaux nadis et leurs énergies spécifiques (tableau)
- 5.16 Le caducée de la kundalini
- 5.17 Les trois principaux nadis
- 5.18 Les koshas
- 5.19 Les pouvoirs siddhi (tableau)
- 5.20 Le système tibétain des six chakras
- 5.21 Le système tsalagi (cherokee)
- 5.22 Ojos de luz : le système énergétique inca
- 5.23 Les pukios incas
- 5.24 Les bandes de pouvoir incas
- 5.25 Les chakras égyptiens et africains et l'Arbre de Vie (tableau)
- 5.26 Les points spirituels et la colonne vertébrale (tableau)
- 5.27 Le système des douze chakras et l'œuf énergétique
- 5.28 Infrastructures des chakras (tableau)
- 5.29 La kundalini et le système des douze chakras
- 5.30 Chakras et addictions (tableau)
- 5.31 L'Arbre de Vie : les dix sephiroth
- 5.32 Les sephiroth et leurs correspondances chakriques (tableau)

PARTIE VI : PRATIQUES ÉNERGÉTIQUES

- 6.1 L'acupuncture
- 6.2 La moxibustion
- 6.3 Les ventouses
- 6.4 Les zones d'acupuncture Kubota
- 6.5 Le système de Calligaris : main et organes
- 6.6 Chakras et pierres précieuses (tableau)
- 6.7 Énergies des couleurs (tableau)

- 6.8 Nuances néfastes (tableau)
- 6.9 La chromothérapie : association entre les chakras et les régions du corps
- 6.10 Les symboles géométriques : favorables et néfastes (tableau)
- 6.11 Les points shiatsu principaux
- 6.12 Les points shiatsu keiketsu
- 6.13 Le système énergétique thaïlandais
- 6.14 L'énergétique dentaire
- 6.15 Les mudras bouddhistes
- 6.16 Les cinq familles de bouddhas (tableau)
- 6.17 Les cinq doigts et les éléments tibétains
- 6.18 Les symboles numériques utiles et néfastes (tableau)
- 6.19 Zones de croisement latitudinales
- 6.20 Les trois plus importants symboles reiki
- 6.21 Réflexologie plantaire : vue plantaire et dorsale
- 6.22 Réflexologie plantaire : vue interne et latérale
- 6.23 Réflexologie palmaire
- 6.24 Réflexologie faciale
- 6.25 Réflexologie auriculaire
- 6.26 Fonctions des notes (tableau)
- 6.27 Notes principales et chakras (tableau)
- 6.28 Son et couleur (tableau)
- 6.29 Les cinq constitutions principales
- 6.30 Lieux de prise du pouls
- 6.31 Régions linguales

*« Quelque jour, après l'éther, les vents, les marées, la gravitation,
nous capterons, pour Dieu, les énergies de l'amour.
Et alors, une deuxième fois dans l'histoire du Monde,
l'homme aura trouvé le Feu. »*

Pierre Teilhard de Chardin

Comment un professionnel spécialisé dans les soins de santé devient-il le meilleur thérapeute possible ? Comment un patient peut-il être tenu pleinement informé – et par conséquent bénéficier d'un traitement optimal ? Impossible de trouver la réponse en ne suivant que les voies reconnues d'une formation médicale. Nous n'avons qu'à observer le nombre croissant de cancers, de maladies cardiaques, de troubles mentaux et d'états liés au stress pour comprendre que les limites de la guérison doivent être franchies. Les sentiers battus de la médecine allopathique occidentale, qui s'appuient sur la preuve mesurable de la maladie et sur des traitements qui peuvent être démontrés en laboratoire – reposant essentiellement sur des phénomènes qui sont facilement perceptibles –, ne détiennent pas toutes les réponses que nous désirons. Pour atteindre l'excellence, il nous faut également étudier et agir sur ce qui n'est pas apparent, ce qui ne peut être perçu. Nous devons nous aventurer dans le monde complexe des énergies subtiles.

Ce livre s'adresse à quiconque cherche à s'engager de façon positive dans la profession des soins de santé. Ce domaine nous englobe tous, car chacun de nous participera du monde thérapeutique à un moment dans sa vie, que ce soit à titre personnel ou professionnel. Le but premier est d'épauler les « bons » professionnels de la santé qui souhaitent devenir d'« excellents » thérapeutes. Tout aussi importants, en outre, sont les besoins du « consommateur » moderne, la personne affectée ou atteinte d'un *mal-aise* – un manque d'aise, de bien-être au niveau physique, mental ou spirituel. La vérité, c'est que nous avons *tous* besoin de comprendre l'information véhiculée dans ce livre, parce qu'elle parle au moi et à la réalité cachée derrière l'évidence, l'étoffe qui compose le monde matériel.

Ce livre est une encyclopédie de l'anatomie des énergies subtiles, les structures des énergies qui sous-tendent la réalité et notre corps physique. C'est aussi un condensé des outils et techniques des énergies subtiles : des méthodes énergétiques destinées à faire la différence. L'objectif de ce travail est de permettre des modifications au niveau énergétique – celles qui engendrent des changements dans le flux de l'énergie – pour susciter une réelle guérison.

Toute médecine est en substance une médecine énergétique, puisque le monde est composé d'énergie. Et il est important de se rappeler que tout phénomène médical connu et observable a autrefois habité les royaumes du subtil ou de l'infini. Il fut un temps où les rayons X, les bactéries et même les effets biochimiques de l'aspirine n'étaient pas observables. Maintes énergies subtiles que

vous rencontrerez dans ce livre ont été récemment mesurées, et nous pouvons pleinement nous attendre à ce que nombre de celles qui doivent encore l'être le soient un jour. D'ici là, nous ne devons pas laisser le manque de preuves scientifiques nous empêcher de travailler avec les systèmes subtils ; l'absence de « preuves » n'a pas enrayé l'efficacité des pratiques énergétiques qui ont été développées à travers les âges.

Pour sauver la vie d'un patient, pour apaiser l'anxieux ou rendre le sourire à un enfant, les thérapeutes d'aujourd'hui doivent se référer à bien davantage qu'aux idées reçues. Il leur faut apprendre à déceler au sein, à travers et au-delà de l'évidence les causes véritables des problèmes de santé. Les réponses aux questions sur la vie et la mort résident dans l'invisible, et de ce fait tout thérapeute professionnel, peu importe son orientation, devrait s'efforcer de devenir également professionnel des énergies subtiles.

Qu'est-ce que l'énergie subtile ? Il existe, derrière la réalité physique, de subtiles ou imperceptibles énergies qui produisent et alimentent toute matière. Le monde soi-disant réel – celui que vous pouvez toucher, sentir, goûter, entendre et voir – est entièrement constitué de ces énergies, imperceptibles par les cinq sens. *En fait, toute la réalité est créée à partir de systèmes organisés et renouvelables d'énergies subtiles.* Pour aider quelqu'un à guérir de la manière la plus efficace – pour secourir le malade, alléger la souffrance et redonner espoir dans les ténèbres –, nous devons identifier et travailler avec les énergies subtiles qui engendrent déséquilibres et maladie. Nous devons agir sur la cause, pas seulement sur le symptôme. Ce faisant, nous élargissons le champ de la médecine pour y inclure l'ensemble des forces à l'œuvre dans la maladie et la santé.

Il y a encore quelques années, la médecine moderne était divisée en deux catégories principales : l'occidentale et l'orientale. Les soins de santé occidentaux, également appelés *médecine allopathique*, sont mécanistes ; les praticiens occidentaux cherchent à soulager les symptômes via des méthodes validées scientifiquement. Nous devons honorer et respecter cette approche : où en serions-nous sans les antibiotiques et les stimulateurs cardiaques ? En même temps, il n'y a pas si longtemps que la médecine occidentale est sur le devant de la scène. Pendant des milliers d'années, ce que nous appelons aujourd'hui la *médecine orientale* prévalait.

La médecine orientale se consacre aux soins holistiques, qui traitent la personne dans sa totalité – mental, corps et esprit – et pas seulement ses symptômes. En Occident, nous utilisons des termes tels que *médecine douce* ou *alternative* pour décrire cette approche. Ailleurs dans le monde, on qualifie la médecine orientale de *médecine traditionnelle*. Il s'agit là de la médecine propre à la culture.

Les méthodes occidentales et orientales semblaient diamétralement opposées, et le gouffre les séparant paraissait insurmontable, jusqu'à ce que les praticiens et les patients prennent conscience que les deux approches s'enrichissaient l'une l'autre. Avec cette découverte naquit un nouveau système de santé appelé *les soins intégrés*: le mariage de l'Occident et de l'Orient.

Les médecines occidentale, orientale et intégrative représentent toutes des voies essentielles vers la guérison. Mais il existe un autre composant à la gamme originale des soins de santé. On l'appelle la *médecine énergétique* – en particulier, la *médecine des énergies subtiles*. Par sa connaissance, les professionnels de la santé peuvent atteindre un nouveau niveau d'excellence médicale. Et cela parce que toutes les maladies sont énergétiques ou liées au flux de l'énergie. L'approche thérapeutique la meilleure englobe, par conséquent, les problèmes énergétiques.

Tout est constitué d'énergie : les molécules, les agents pathogènes, les médicaments et même les émotions. Chaque cellule émet des impulsions électriques, et des champs magnétiques émanent du corps lui-même. Le corps humain est un système énergétique complexe, composé de centaines de

sous-systèmes énergétiques. Des déséquilibres énergétiques engendrent la maladie ; par conséquent, on peut recouvrer ou rétablir la santé en équilibrant ses énergies.

Nous ne pouvons toutefois pas percevoir toutes les énergies qui maintiennent le corps en bonne santé. Celles que l'on peut déceler sont appelées les énergies physiques ou mesurables. Celles que l'on ne peut encore discerner sont appelées les énergies subtiles. Subtil ne veut pas dire fragile. En réalité, la science commence à admettre que le subtil – que l'on ne peut pas encore mesurer – agit en fait sur le mesurable et élabore notre structure physique.

L'idée d'énergies subtiles n'est pas nouvelle, bien que le terme même soit relativement récent. Elle puise ses racines dans l'histoire de l'humanité. Il y a des milliers d'années, nos ancêtres ont développé des systèmes pour travailler avec ces énergies. Au fil du temps, ils ont continué à codifier et élaborer ces systèmes, ainsi que les méthodes thérapeutiques basées sur eux, pour une raison très importante : *les systèmes fonctionnaient*.

Tandis que la connaissance des énergies subtiles a débuté de façon intuitive, l'une des œuvres les plus passionnantes dans ce domaine se produit aujourd'hui au sein des laboratoires, des cliniques, des instituts et des universités, où l'*histoire* se confronte à la *recherche* pour recueillir des *preuves*. D'innovantes études utilisant un équipement, de la physique et des processus de pointe ont fait naître une nouvelle série de « mystiques » des énergies subtiles : des scientifiques qui lèvent le voile sur les mystères du système énergétique. Pour cette raison, chaque section de ce livre met en évidence la preuve scientifique attestant de l'existence de structures énergétiques subtiles.

Cet ouvrage délivre de l'information sur de nombreuses méthodes de traitement différentes, basées sur les systèmes subtils. À première vue, certaines d'entre elles peuvent sembler « non médicales ». Quel lien unit la couleur et le son à la guérison ? Quel sens le goût, les pierres précieuses et les nombres peuvent-ils avoir pour le thérapeute moderne ? La réponse est légion. Les traitements représentent des voies, des moyens pour aider le thérapeute à accéder aux royaumes de l'énergie subtile et dispenser des soins. Et ils peuvent servir de compléments à des traitements standards.

Naturellement, tout thérapeute professionnel – qu'il pratique la médecine occidentale, orientale ou intégrative – se doit de suivre un code moral garantissant qu'il délivre un service du plus haut niveau. Les thérapeutes énergétiques avertis doivent par ailleurs s'attaquer à des questions supplémentaires, telles que les limites, la déontologie et l'intuition, un sujet traité dans la première partie.

La première partie renferme également un lexique des termes nécessaires pour comprendre l'anatomie subtile et des explications sur les concepts énergétiques autant traditionnels que récents. Bien que l'énergie subtile et l'énergie physique fonctionnent de manière légèrement différente et suivant des lois distinctes, elles sont interconnectées, et le thérapeute des énergies subtiles doit posséder de solides connaissances des deux.

Dans le même ordre d'idées, comprendre l'anatomie subtile sous-tend de connaître l'anatomie physique, le sujet de la deuxième partie. Ces leçons d'anatomie pourront vous rappeler vos cours de biologie du lycée, mais elles mettront ici l'accent sur les aspects énergétiques des systèmes corporels. Vous apprendrez que le corps physique est en réalité un prolongement du système des énergies subtiles. Le reste du livre se veut une exploration de l'anatomie des énergies subtiles, débutant par les trois structures énergétiques principales : les *champs*, les *canaux* et les *corps*.

Dans la troisième partie, nous examinons les champs énergétiques. Des centaines de champs émanent de chaque cellule, organe et organisme – dont notre planète. Cette partie nous présente

également le concept de « stress géopathique », un domaine d'étude émergent qui se concentre sur les effets indésirables de certains champs naturels et artificiels sur notre bien-être.

La quatrième partie traite des systèmes énergétiques en mouvement : les canaux. Vous y trouverez un examen approfondi de la science des méridiens et des expériences variées qui ont récemment explicité et attesté de l'existence de ces structures subtiles.

La cinquième partie évoque les corps d'énergie subtile tels que les chakras, les sephiroth de la Kabbale et une série d'autres centres énergétiques. Nous nous concentrerons davantage sur le système chakrique le mieux connu, l'hindou, mais nous étudierons également d'autres systèmes de corps énergétiques, de la tradition égyptienne à l'africaine, en passant par la sud-américaine. Nous explorerons aussi le « fleuve » ou canaux d'énergie subtile qui relie les chakras entre eux et au corps, les nadis (bien que l'on puisse à juste titre ranger les nadis dans la catégorie des canaux, ils sont si inextricablement liés au système chakrique que nous les étudierons ensemble).

Enfin, dans la sixième partie, nous examinerons certains des systèmes de soins intégrés qui se comptent par centaines et que nous utilisons actuellement – ceux qui emploient au moins deux des trois structures subtiles principales (les champs, les canaux et les corps). Nombre d'entre eux, dont l'ayurvêda et le reiki, pourront vous être familiers, d'autres pas. Cette section contient également, pour votre information, une liste représentative de pratiques énergétiques supplémentaires qui ne sont pas traitées dans ce livre.

Il est important de comprendre que, depuis des milliers d'années, les peuples et les cultures se sont échangé ces systèmes subtils. Il existe d'innombrables théories sur les méridiens, les chakras et les champs énergétiques – et, d'un expert à l'autre, elles diffèrent grandement. Cet ouvrage vise à vous présenter les connaissances les plus traditionnelles des structures énergétiques, ainsi qu'un éventail d'autres. Il vous encourage à mener votre propre recherche et à développer votre propre compréhension des énergies subtiles et de leurs traditions thérapeutiques.

Ce livre a puisé ses informations à de nombreuses sources : manuscrits ésotériques, textes sacrés, autorités médicales depuis longtemps reconnues, praticiens en activité, manuels scientifiques, laboratoires de recherche, instances gouvernementales, associations et revues spécialisées. Elles proviennent de disciplines incluant la physique quantique, la science bioénergétique, la géométrie sacrée, et d'ouvrages spécialement consacrés aux domaines thérapeutiques traités. J'ai soigneusement recensé et cité ces sources pour vous aider dans votre recherche personnelle.

Vous pourrez en outre constater que certaines de ces informations n'ont jamais été mentionnées dans un ouvrage contemporain. En fait, différentes autorités au cours des siècles ont réprimé une partie de ces recherches parce qu'elles présentaient la preuve irréfutable des systèmes énergétiques que nous explorons ; de telles informations ont été perçues comme une menace pour la pratique de la médecine reconnue à l'époque.

Comment ai-je obtenu ces « informations secrètes » ? Ce fut une véritable aventure d'écrire ce livre. Des personnes sont apparues de nulle part pour me fournir du contenu ou une direction. La plus importante contribution m'a été apportée par l'une d'elles en particulier : Steven Ross, PhD, de la World Research Foundation Library (WRF). Celui-ci a rassemblé plus de trente mille volumes de recherches sur des thérapies et des philosophies de la santé. Certains de ces travaux n'étaient pas à disposition du grand public jusqu'ici.

Veuillez prendre conscience, quant à la façon d'utiliser ce livre, que les informations réunies ici ne peuvent se substituer à une étude ou une formation approfondie. Par exemple, les méridiens et une série de thérapies basées sur les méridiens vous seront présentés, mais sans la précision nécessaire

pour vous préparer à soigner un patient. En revanche, cette matière est censée vous aider à comprendre les méridiens et les possibilités que peut vous offrir une formation approfondie.

J'ai structuré l'ouvrage de façon à ce que vous ne deviez pas prendre connaissance des matières les unes à la suite des autres, ni même les lire toutes. Vous pouvez vous concentrer sur chaque section indépendamment des autres ou sur une partie isolée d'une section. Je vous recommande de vous référer à l'index pour étudier de manière croisée l'universalité de certains sujets. En fait, vous vous rendrez probablement compte que l'index est indispensable. Pour comprendre pleinement une idée, il est utile de la considérer dans des contextes différents, et maints concepts – de la mitochondrie à la géométrie, en passant par la théorie du spin – apparaissent dans pratiquement chaque section. Comme vous pouvez choisir de n'étudier qu'un sujet ou deux en particulier, certaines idées universelles sont brièvement redécrites dans chaque section.

Avant tout, ce livre est conçu pour servir de référence – un guide vous fournissant, de façon verbale et visuelle, des informations sur les systèmes d'énergie subtile. Bien que ces deux pages de couverture renferment une riche documentation, davantage de connaissances sont encore disponibles et à découvrir sur le monde des énergies subtiles. Ce que vous tenez entre vos mains peut vous amener à approfondir vos recherches et à puiser à la meilleure des sources : vous-même.

En fin de compte, vous devez devenir votre « meilleure autorité » en matière d'énergies subtiles. Vous devinerez et distinguerez quelles informations vous intéressent, vous et votre pratique, et quelles données ne s'appliquent pas à vos objectifs. Vous commencerez à vous reconnaître – vos propres systèmes énergétiques – dans ces pages. Et ce parce que nous partageons tous les mêmes systèmes énergétiques. Nous partageons les dons et les facultés qui nous permettent de nous tourner vers le subtil – de travailler avec l'invisible – pour venir en aide à nous-même et aux autres. Et nous partageons notre place dans l'Univers, notre expérience d'être humain sur cette planète. Chacun de nous est en mesure de contribuer à élargir les connaissances en matière de guérison du corps subtil.

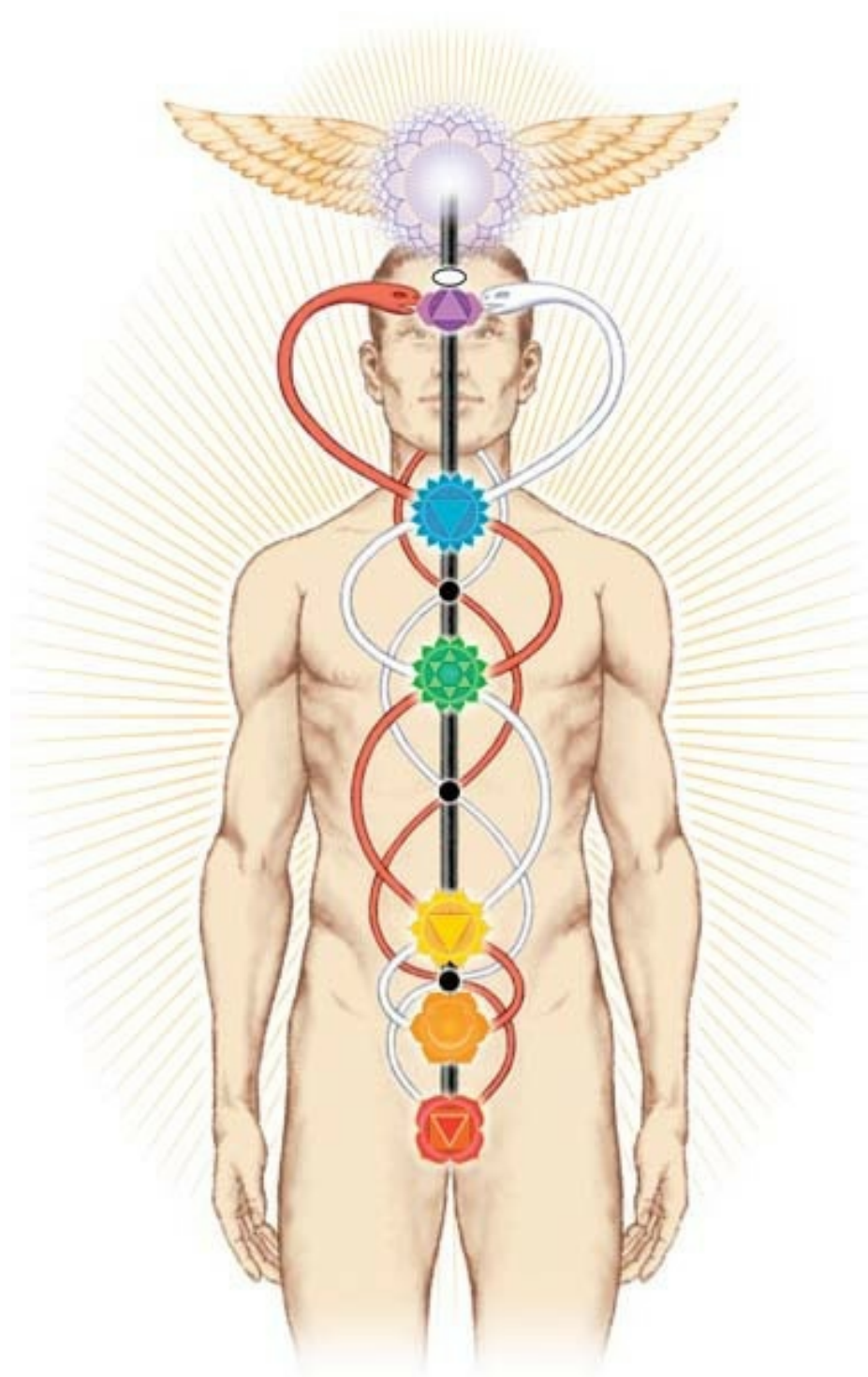
ÉNERGIE ET GUÉRISON ÉNERGÉTIQUE

Qu'est-ce que l'« anatomie énergétique » ? Jetez un œil sous la surface du monde – le monde qui englobe vos vêtements, les fours, les philosophies, votre peau – et vous découvrirez un univers de subtiles énergies à l'œuvre. Bien que nous ne sachions pas précisément à quoi s'emploient ces énergies et comment elles agissent, nous savons qu'elles sont « présentes » et constituent les énergies qui sous-tendent la réalité physique. Elles *vous* constituent.

Dans cette section, nous examinerons les énergies subtiles qui élaborent le monde. Nous définirons le « subtil » par opposition au « physique », en franchissant les frontières entre les deux pour distinguer l'immensurable du mesurable, l'invisible du visible. Nous apprendrons quelques-uns des principes de base en matière d'énergie – quelle est-elle et comment fonctionne-t-elle – et exposerons l'idée d'une anatomie – ou système – énergétique composée de champs, de canaux et de corps d'énergie subtile. Nous aborderons brièvement chacune de ces différentes structures anatomiques.

Nous nous tournerons ensuite vers la pratique de la guérison, qu'elle soit allopathique, complémentaire, intégrée ou associée à d'autres philosophies. D'exceptionnels facteurs entrent en jeu pour devenir thérapeute des énergies subtiles, à savoir une personne qui perçoit, pressent, entend et travaille avec les énergies subtiles les moins tangibles. Nous prendrons en compte tout spécialement des questions qui concernent la déontologie, les limites, la formation et l'utilisation de l'intuition.

Cette section est une introduction et une porte d'entrée vers le monde des énergies. C'est là un monde fascinant, le point de contact pour transformer l'inconnu en connaissance – et pour découvrir ce que nous ne connaissons pas encore.



L'ÉNERGIE EST UNIVERSELLE

Observez bien votre peau. Si vous la perceviez vraiment tel que les anciens, vous décèleriez des lignes et motifs subtils – plus subtils que les rides et les pores. Le Dr Giuseppe Calligaris, dont vous ferez la connaissance plus loin dans ce livre, a mis en lumière ces motifs. Si vous étiez malade, il interpréterait leurs formes pour vous aider à diagnostiquer votre maladie.

Prononcez quelques mots. Saviez-vous que, via un procédé spécial appelé *cymatique*, vos paroles, lorsque leur son se répercute sur une plaque vibrante particulière, peuvent prendre une forme géométrique ? Ils peuvent apparaître comme des mosaïques ou des mandalas, des triangles, des pentagrammes. Ce ne sont là que deux exemples des types de preuves et de méthodes qui entrent en jeu dans l'étude du système énergétique humain. Nous sommes faits d'énergie. Tout dans le monde est constitué d'énergie, qui peut être définie plus simplement par de l'« information qui vibre ». Cette énergie – cette manne vitale – peut s'exprimer par des motifs, du son, la peau, une pensée ou même votre café du matin, mais il s'agit dans tous les cas d'énergie. Nous ne pouvons pas percevoir les motifs plus subtils de notre peau ou la forme de nos paroles, mais ils sont néanmoins présents. Il en va de même pour certaines couches du corps et du monde. Même si elles sont imperceptibles par les cinq sens, elles existent.

Ce livre vous offre des aperçus, des recherches et des explications sur l'ensemble complexe des champs subtils, canaux et corps qui constituent l'être humain. Ces structures sont faites d'énergies subtiles, énergies d'une fréquence trop basse ou trop haute pour être facilement mesurées. Nous pouvons affirmer qu'elles existent parce qu'elles produisent un effet.

Nous ne pouvons pas parler d'énergies subtiles sans examiner également les énergies *brutes* ou *physiques*. Le subtil ne peut pas plus être séparé du physique que le café ne peut être isolé de l'eau et rester buvable. Une partie de la preuve que les énergies subtiles existent repose en fait sur la connaissance des énergies physiques.

QU'EST-CE QUE L'ÉNERGIE SUBTILE ?

Il y a des milliers d'années, nos ancêtres percevaient l'énergie par des moyens qui ont été rejetés à l'époque moderne. Ils n'utilisaient pas de microscopes spéciaux, de spectromètres ou d'autres instruments dans leurs recherches, comme nous le faisons actuellement. Ils se servaient de leurs sens intérieurs. L'énergie subtile est tout simplement l'énergie qu'on ne peut mesurer avec précision en employant les méthodes scientifiques actuelles. Elle n'est pas surnaturelle, paranormale ou terrifiante – ce n'est que de l'énergie. Elle obéit à certaines – mais pas à toutes – des lois auxquelles obéit la matière physique, son pendant. Comme le suggèrent les informations de l'encadré « Un modèle d'énergie subtile » à la page 20, les énergies subtiles œuvrent à un niveau ou continuum différent de

celui des énergies physiques. On peut néanmoins, dans une certaine mesure, les définir en comparaison avec l'énergie physique, comme dans cette définition basée sur des idées évoquées dans *La Science de l'homéopathie*¹ :

L'énergie physique se manifeste dans un cadre spatio-temporel positif, est de nature électrique et possède une masse positive. Elle se déplace à une vitesse inférieure à celle de la lumière et engendre la gravité. Cela signifie que vous pouvez la percevoir. L'énergie subtile, par contre, occupe le cadre spatio-temporel suivant (ou d'autres cadres spatio-temporels), se manifeste dans le cadre spatio-temporel négatif et possède une masse négative. Elle est de nature magnétique et se déplace à une vitesse supérieure à celle de la lumière. Elle engendre ce que l'on appelle la force de lévitation. Cela signifie que vous ne pouvez pas la percevoir – mais vous pouvez constater ses effets paranormaux apparents.

L'une des raisons pour lesquelles il est difficile d'appréhender complètement et d'expliquer les énergies subtiles réside dans le fait que la science ne comprend toujours pas réellement l'énergie – même dans le sens classique du terme.

VERS UNE DÉFINITION DE L'ÉNERGIE

Dans les manuels, l'on définit l'énergie comme la source de puissance qui peut être utilisée pour réaliser une opération ou un but, ou pour produire un effet. Dans cet ouvrage, nous creusons plus profondément pour la décrire comme de l'information qui vibre. La recherche scientifique a démontré que tout ce qui est énergétique contient de l'information : des données qui communiquent à l'atome s'il doit occuper un rein ou l'espace². L'énergie physique est structurée par des ordres opérationnels qui commandent au café, par exemple, de demeurer dans la tasse au lieu de flotter dans l'espace.

En plus de « contenir de l'information », l'énergie vibre également. La science – celle des manuels classiques – a démontré que tout vibre dans l'univers. En outre, tout vibre à la vitesse qui lui est propre. Une cellule cérébrale ne se déplace pas comme une cellule capillaire. Des organismes semblables vibrent de façon similaire, mais chaque unité individuelle diffère légèrement du groupe auquel elle est apparentée.

La vibration se produit sous forme d'*amplitude* et de *fréquence*: des oscillations qui génèrent davantage d'énergie. Ces oscillations véhiculent des informations qui peuvent être stockées ou mises en application. Les informations (tout comme les oscillations vibratoires) peuvent également se modifier selon la nature d'une réaction particulière. Tout ce qui vit est fait d'informations et de vibrations.

La *science de l'énergie* est l'étude des composants, des principes et des applications de l'énergie. Les scientifiques changent constamment d'opinion sur les énergies, parce que les lois qui s'appliquent au niveau macroscopique ne fonctionnent pas toujours au niveau microscopique.

Par exemple, selon la physique classique, l'énergie, qui possède une masse (et par conséquent un poids), ne peut se déplacer plus vite que la lumière. Mais, comme nous le verrons dans la troisième partie, des chercheurs ont propulsé l'énergie à une *vitesse supérieure à celle de la lumière*. Nous n'avons peut-être pas rompu les lois dans ce cas-ci, mais nous les avons certainement élargies.

En physique classique, une particule, qui est un point de masse, ne peut exister qu'à *un endroit à la fois*. En physique quantique, une particule subatomique *doit* en vérité se trouver à deux endroits à la fois³. Et certains de ces endroits peuvent être d'autres mondes. Ce genre de règles, révélées par la

physique quantique, sont proches de celles qui expliquent l'énergie subtile. Elles sous-tendent que, bien que les énergies subtiles et leurs structures ne puissent être perçues, l'on peut en démontrer l'existence.

En vérité, nous savons que les énergies subtiles existent parce que, comme nous le verrons tout au long de ce livre, nous pouvons percevoir leurs effets. Dans le passé, les formes d'énergie dissimulées derrière la science et la médecine traditionnelles étaient subtiles. Nous ne pouvions pas déceler les micro-organismes avant l'invention du microscope – mais, d'une façon ou d'une autre, ils tuaient des gens. L'étude des énergies subtiles a toujours mené à d'importantes découvertes pratiques. Sa poursuite doit encore réaliser un autre but : combiner les philosophies occidentale et orientale.

LE MARIAGE DE L'OCCIDENT ET DE L'ORIENT

Maints ouvrages sur l'anatomie énergétique insistent sur les différences entre les médecines occidentale et orientale. Il existe de nombreux termes pour désigner chacune des approches. Pour la médecine occidentale, on parle aussi de soins *allopathiques* ou *traditionnels*. Elle repose largement sur des concepts scientifiques empiriques, évaluant les symptômes liés à des causes sous-jacentes et soulageant ceux-ci par des méthodes vérifiables et qui ont fait leurs preuves, telles des médicaments, la chirurgie ou des appareils.

On désigne parfois la médecine orientale sous le terme de soins *alternatifs*, *complémentaires* ou *naturels*. Il s'agit d'une approche holistique traitant le corps, l'esprit et l'âme et visant les causes sous-jacentes plutôt que les symptômes seulement. À cette fin, le traitement peut se focaliser sur la guérison physique, mais aussi sur des problèmes émotionnels, mentaux et spirituels. On range souvent dans cette catégorie la *médecine énergétique*, l'une des appellations de ce travail avec le système énergétique.

La médecine intégrative combine les méthodes occidentale et orientale. Un terme récemment inventé pour désigner cette pensée unificatrice est celui de *médecine non locale*, qui affirme que la base de la réalité physique ne réside pas dans l'univers physique, mais plutôt dans les plans subtils et les énergies qui circulent dans toute chose. Cette philosophie universalise la médecine – et à juste titre, car tous les systèmes médicaux sont en réalité de nature énergétique.

Il n'existe pas *et il n'a jamais existé* de véritable séparation entre les pensées occidentale et orientale. Les cultures asiatique et hindoue (et une douzaine d'autres de par le monde) pratiquent la chirurgie du cerveau depuis au moins quatre mille ans. Une version grossière de la chirurgie du cerveau, appelée la trépanation, existait il y a bien dix mille ans dans des régions dont on considère à présent qu'elles se consacrent à la médecine orientale. Il y a presque trois mille ans, les Égyptiens, les Chinois et les Indiens d'Amérique centrale ont utilisé les moisissures comme ancêtres des antibiotiques actuels⁴.

La médecine occidentale descend en réalité de l'animisme et du chamanisme. Les chamans sont des « prêtres guérisseurs ». Bien qu'ils emploient des procédés que l'on associe à présent à la médecine occidentale, comme l'utilisation d'herbes et de plantes, ils recourent aussi à des guides spirituels et des rituels pour voyager à travers l'espace à des fins curatives. Les idées intégratives du chamanisme confortent la médecine moderne, la psychologie, la psychiatrie, l'exploration de la conscience et même certaines théories de la physique quantique.

La médecine des énergies et les prémices de l'anatomie énergétique ne « relèvent » ni de l'Occident ni de l'Orient. C'est impossible. Puisque tout est énergie, toutes les médecines sont énergétiques. La seule raison pour laquelle le travail énergétique participe généralement de la

catégorie « orientale » réside dans le fait que nous ne les avons pas comparées correctement.

Par exemple, l'anatomie occidentale s'appuie sur des schémas affirmant qu'« ici se trouve le foie ». Découpez le corps à cet endroit et vous y *trouverez* le foie. L'Orient pourra dépister le foie au moyen de schémas localisant l'*énergie* du foie dans un orteil. Les deux ont raison : le foie physique *se situe* sous la cage thoracique et ses énergies subtiles *circulent* dans l'orteil.

Ces deux méthodes ne font en réalité qu'une. Comme le spécialiste des énergies et auteur James Oschman, PhD, l'écrit, « toute intervention dans un système vivant intègre de l'énergie sous une forme ou une autre »⁵. Comme Oschman la définit, la médecine énergétique sous-tend en réalité l'étude et les mises en pratique de la relation qu'entretient le corps avec les champs électriques, magnétiques et électromagnétiques, ainsi qu'avec la lumière, le son et d'autres formes d'énergie⁶. Le corps produit ces énergies et y réagit également dans leurs états naturels et artificiels (générés par l'homme). Les termes *médecine des énergies*, *thérapie énergétique*, *thérapie par les biochamps*, *thérapie bioénergétique*, *thérapie chakrique*, *aura-thérapie*, *travail énergétique*, *thérapie basée sur les méridiens*, *anatomie énergétique*, *médecine vibratoire*, *thérapie des énergies subtiles* et des douzaines d'autres appellations similaires réfèrent tout simplement à des pratiques liées à un certain niveau d'énergie vibratoire ou fréquentiel.

Comme le précise le Dr Oschman, les soins médicaux allopathiques ou traditionnels sont des pratiques basées sur les énergies, contrairement à ce que l'on pense communément. Nous sommes nombreux à avoir éprouvé (ou à connaître quelqu'un qui a éprouvé) les bienfaits des rayons X, des IRM, des électrocardiogrammes et autres dispositifs de test. Toutes ces pratiques utilisent de l'énergie et génèrent des modifications énergétiques dans le corps⁷. La chirurgie peut être perçue comme une manœuvre énergétique réalisée dans le tissu déchiré et perturbant le champ vibratoire du corps. Y adjoindre un dispositif comme un stimulateur cardiaque fournit de nouvelles informations pour aider le cœur à fonctionner, en s'assurant qu'il vibre correctement au lieu de « tressauter ». Même les médicaments agissent sur les énergies, en modifiant les vibrations via des informations chimiques qui induisent des comportements cellulaires.

Le monde n'est peut-être pas encore prêt à rallier complètement toutes les médecines sous la bannière de l'« énergie ». Mais, dans ce livre, nous tenterons de le faire, en nous concentrant sur le domaine le plus inexploré de la médecine énergétique, celui des énergies subtiles.

LES ÉNERGIES MESURABLES ET SUBTILES : MONDES CONNUS, MONDES À EXPLORER

Encore une fois, il existe deux types principaux d'énergie : les énergies physiques et les énergies subtiles. Les termes scientifiques pour les désigner sont *réelles* ou mesurables et *supposées* ou immensurables. Maintes structures énergétiques sont mesurables ou, du moins, observables, mais la recherche qui le démontre n'a toujours pas pénétré les revues scientifiques courantes (ou les écoles de médecine).

Au travers de ce livre, vous trouverez des recherches étayant l'existence de diverses structures d'énergies subtiles. Certaines d'entre elles que l'on avait « perdues », ensevelies dans les annales du temps par accident ou par manque d'intérêt de la part du public, ont été « retrouvées ». Plus fréquemment, les autorités, qui les ont jugées provocantes, les ont rejetées. Les preuves en matière d'énergies subtiles comprennent en général :

- l'utilisation d'appareils magnétiques, tels que l'interféromètre quantique supraconducteur

(SQUID), pour percevoir les énergies électromagnétiques au-delà des limites corporelles (ces recherches sont évoquées dans la deuxième partie) ;

- un processus qui intègre une intention humaine dans un simple appareil électrique, montrant par là les effets de la pensée sur la réalité physique⁸ ;
- diverses expériences utilisant des matières inorganiques, organiques et vivantes qui révèlent un niveau de réalité physique secondaire spécifique influencé par l'intention humaine⁹ ;
- la mesure des systèmes des méridiens et des chakras, des canaux subtils particuliers et des corps énergétiques, révélant qu'ils agissent à des niveaux électromagnétiques supérieurs que le reste du corps¹⁰ ;
- les expériences qui montrent que le champ biologique humain œuvre à un niveau de réalité physique spécifique¹¹ ;
- la mise en évidence des champs-L (de l'anglais *life*, vie, N.d.T.) et des champs-T (de l'anglais *thought*, pensée, N.d.T.), ou des champs de vie et de pensée électriques, qui structurent les énergies subtiles (ces recherches figurent dans la troisième partie) ;
- les recherches menées par des scientifiques dont le Dr Björn Nordenström qui démontrent que, là où il existe un flux d'ions, l'on trouve également des champs magnétiques à 90 degrés de ce flux. Les recherches du Dr Nordenström ont mis en évidence un système électrique secondaire dans le corps, qui explique la présence en son sein de canaux méridiens et la nature complexe du champ énergétique humain (ces recherches sont évoquées dans la quatrième partie).

Pourquoi sommes-nous incapables de percevoir ces champs subtils ? Les sens humains fonctionnent dans une zone réduite du spectre électromagnétique, la bande d'énergie mesurable qui produit différents types de lumière. Nos yeux peuvent seulement détecter le rayonnement, terme désignant l'énergie perceptible émise par des substances, dans la zone comprise entre 380 et 780 nanomètres. Telle est la lumière visible. La lumière infrarouge, que nous ne pouvons pas percevoir, possède une longueur d'onde de 1 000 nanomètres, et les ultraviolets lointains opèrent à 200 nanomètres. Nous ne pouvons pas percevoir ce que nous ne sommes pas capables de déceler physiquement – ni exercés à déceler. Si, en réalité, les énergies subtiles occupent un continuum spatio-temporel négatif, ont une vitesse supérieure à celle de la lumière et ne possèdent pas de masse, nous pouvons déterminer que nous ne disposons pas actuellement de l'équipement adéquat pour les mesurer. Cela ne veut pas dire que ce qui est invisible n'existe pas.

LA STRUCTURE DE L'ANATOMIE SUBTILE

L'anatomie des énergies subtiles est bien davantage qu'une légende, un héritage que nous ont légué nos ancêtres. Il s'agit d'un système viable constamment défini et redéfini par des praticiens qui se comptent par millions dans le monde.

Il existe trois structures principales en anatomie énergétique. Elles attirent toutes des énergies subtiles de sources extérieures et les distribuent à travers le corps. Elles transforment des énergies subtiles en énergies physiques et inversement, avant de renvoyer les énergies subtiles dans le monde. Ces structures subtiles créent, soutiennent et alimentent leurs pendants physiques. Dans les deux mondes – subtil et physique –, les trois structures principales sont les *champs*, les *canaux* et les *corps*.

Barbara Ann Brennan, experte dans le domaine du champ énergétique humain, affirme que la

structure des énergies subtiles met en place une matrice pour la croissance cellulaire ; elle est par conséquent présente avant que les cellules ne se développent¹². Le Dr Kim Bonghan, docteur en médecine et chercheur nordcoréen, est arrivé à la conclusion que l'une des structures d'énergies subtiles, le système des méridiens, sert à connecter le champ éthérique (l'une des couches d'énergies subtiles) au corps physique en développement (son travail est plus amplement examiné dans la quatrième partie)¹³.

D'autres chercheurs admettent que les structures d'énergies subtiles interviennent entre le corps physique et les énergies subtiles (et leurs milieux). Les structures subtiles diffèrent toutefois des structures biologiques sur de nombreux points. Par exemple, comme l'expliquent Lawrence et Phoebe Bendit, un couple de thérapeutes, on ne peut parler d'une structure d'énergies subtiles telle que le champ comme étant située à un seul endroit, à savoir à l'extérieur du corps. Tandis que les corps physiques sont limités localement, le champ subtil pénètre chaque particule du corps et s'étend au-delà de lui. Voilà comment il fournit une matrice pour le corps physique en développement¹⁴.

Les énergies subtiles suivent des règles différentes de celles des énergies mesurables. Ces règles qui sous-tendent les structures subtiles se fondent sur des idées relevant de la physique quantique, l'étude des interactions énergétiques au niveau microscopique – théories décrites tout au long de ce livre. Les énergies subtiles, briseuses de règles, peuvent élargir – et parfois complètement ignorer – le temps et l'espace, changer de forme à l'envi et occuper plusieurs endroits à la fois.

Une autre caractéristique spécifique aux énergies subtiles réside dans le fait qu'au sein des structures subtiles, elles *façonnent* non seulement le monde physique, mais elles *s'adaptent* également à lui. Le signe d'adaptation le plus notable est l'existence du *principe de polarité*. Les polarités sont des opposés interdépendants. Le plan physique est dualiste par nature. Alors que les énergies subtiles pénètrent dans le royaume physique en étant « complètes » ou unies, elles se divisent ensuite en univers contrastés.

Les champs physiques, par exemple, sont électriques ou magnétiques. Des charges opposées produisent l'électricité et les aimants possèdent deux pôles. Les opposés créent la vie telle que nous la connaissons. Les structures subtiles, comme les méridiens, sont regroupées en polarités selon un concept traditionnel chinois appelé la *théorie du yin et du yang*. Le yin représente les qualités féminines, et le yang les qualités masculines. Les deux doivent s'équilibrer pour créer l'homéostasie nécessaire à une bonne santé. Les méridiens subtils, par ailleurs, véhiculent également une forme d'énergie appelée le *qi*, considérée comme « céleste » ou unifiée.

Les corps d'énergie agissent souvent selon le même principe dualiste. Le système chakrique hindou (de *chakra*, corps d'énergie subtile) décrit un processus complexe appelé *kundalini*, dans lequel l'énergie vitale féminine s'élève pour rencontrer son énergie complémentaire masculine. En fusionnant ces énergies, l'initié acquiert santé et sagesse. Cette énergie divine est toutefois conjointe avant de pénétrer le corps et l'univers physique.

LES STRUCTURES SUBTILES CLÉS

Dans ce livre, nous examinerons les structures subtiles clés. Les champs d'énergie subtile sont des bandes d'énergie qui ne se limitent pas à la peau. Ces champs d'énergie subtile (tout comme physique) émanent de chaque source vivante, autant des cellules, des organes et des corps humains que des plantes et des animaux. Il existe également des champs subtils dans la terre et des champs physiques naturels dans la terre et le ciel qui affectent nos champs subtils. De plus, il existe des champs produits artificiellement, tels que ceux émis par les lignes à haute tension et nos téléphones

cellulaires, qui ont un impact sur nos champs subtils.

Les principaux champs subtils de l'homme comprennent le *champ aurique*, qui entoure le corps humain et sert de lien avec les chakras, corps d'énergie ; les *champs morphogénétiques* qui relient des organismes au sein d'un groupe ; le *Vivaxis*, qui connecte le corps humain à la terre ; et divers autres champs énergétiques qui nous relient à différents plans et dimensions, tels que les champs *éthérique* et *astral*. Il existe également des champs présents à la surface du corps et des champs produits par le son, le magnétisme, le rayonnement électromagnétique, la géométrie et d'autres moyens.

Outre les champs, les anciens percevaient des *canaux d'énergie subtile*, fleuves de lumière qui charrient l'énergie vitale dans et autour du corps. Dans l'ancien système médical chinois, ces canaux sont appelés les *méridiens*, et l'énergie vitale vibrante, le *qi*. D'autres cultures ont identifié et analysé les canaux d'énergie, élaborant leurs propres glossaires et systèmes. La science moderne utilise à présent des matières thermiques, électromagnétiques et radioactives pour démontrer l'existence et expliquer le fonctionnement de ces canaux subtils. Nous ne pouvons pas déceler ces canaux lorsque nous coupons un tissu corporel, mais ils en assurent la santé. Dans la quatrième partie, nous examinerons le système des méridiens et les théories sous-jacentes.

Nos ancêtres ont également observé des *corps d'énergie subtile*, des organes qui convertissent l'énergie rapide en énergie lente. De tels corps d'énergie se comptent par dizaines ; les plus connus sont appelés les *chakras*, qui servent d'interface entre les structures d'énergies subtiles et les organes physiques. Reliés par un réseau de canaux d'énergie appelés *nadis*, les chakras apparaissent dans des centaines de cultures de par le monde. Les systèmes mayas, cherokees et incas se confrontent au système hindou, dernier peuple habituellement reconnu comme le créateur du système du corps énergétique. Outre le système de l'ancienne Kabbale juive, qui présente des corps énergétiques distincts, nous étudierons différents systèmes basés sur les chakras, autant traditionnels que contemporains, tirés de cultures diverses. Nous mettrons en évidence la science de la chakrologie et examinerons les pratiques associées à ces différents systèmes de corps subtils, telles que l'ascension de la kundalini et nombre de systèmes thérapeutiques divers qui relèvent du travail sur le corps énergétique.

POURQUOI TRAVAILLER AVEC LES STRUCTURES SUBTILES ?

Les recherches citées à travers ce livre montrent que les énergies et les structures subtiles créent en fait la réalité physique. En analysant les champs, les canaux et les corps de l'anatomie subtile, vous pouvez potentiellement diagnostiquer des problèmes avant qu'ils ne se déclarent – ou les détecter de façon précise et holistique si les symptômes sont déjà présents. L'utilisation de diagnostics énergétiques ne limite pas un praticien ou une clinique au royaume des énergies subtiles ; la médecine moderne emploie le protocole énergétique à la fois pour diagnostiquer et traiter. Détecter un problème au niveau des plans subtils invite déjà également à le résoudre de manière holistique. Si vous pouvez résoudre un problème au niveau des structures subtiles, le système subtil peut alors transmettre cette solution à la totalité du corps – subtil et physique. L'humanité a pris connaissance de ces notions au cours des âges ; il est temps d'en tirer avantage.

UNE PREMIÈRE APPROCHE DE L'ÉNERGIE

Cette section explique certains des principaux concepts d'énergie dans les systèmes de physique classique et quantique, et fournit un cadre ouvrant au débat tout au long de ce livre.

La *théorie des particules* explique que toute matière est composée de nombreuses petites particules constamment en mouvement. On les trouve dans les solides, les liquides et les gaz et elles vibrent toutes en permanence, dans des directions, à des vitesses et intensités variables¹⁵. Les particules ne peuvent interagir avec la matière qu'en transférant de l'énergie.

Les *ondes* sont le pendant des particules. Il existe trois façons de considérer les ondes :

- une perturbation dans un milieu via laquelle de l'énergie est transférée d'une particule présente dans le milieu à un autre, sans provoquer de variation dans le milieu ;
- une image de cette perturbation au fil du temps ;
- un cycle unique représentant cette perturbation.

Les ondes ont une influence constructive sur la matière lorsqu'elles se superposent ou interagissent pour créer d'autres ondes. Elles ont une influence destructrice lorsque les ondes réfléchies s'annulent mutuellement.

UN MODÈLE D'ÉNERGIE SUBTILE

Le Dr William Tiller, professeur à Stanford, est un chercheur, physicien et spécialiste des énergies subtiles éminemment reconnu. Le modèle d'énergie subtile que nous décrivons ici et sa relation avec les énergies physiques sont basés sur certains de ses nombreux articles et ouvrages¹⁶. Le Dr Tiller affirme que nous ne pouvons peut-être pas mesurer les énergies subtiles par des moyens physiques, mais que nous pouvons détecter certains de leurs signaux. Et cela parce que, comme elles transforment un type d'énergie en un autre, elles créent un signal transducteur au niveau du vecteur magnétique. Elles génèrent également des signaux électriques et magnétiques aux effets observables.

Les recherches de Tiller l'ont amené à déclarer ce qui suit à propos des énergies subtiles :

- elles émanent des personnes, comme le révèlent des expériences montrant que les énergies subtiles peuvent augmenter la taille et le nombre des électrons ;
- une personne peut diriger le flux de cette énergie en lui conférant une intention ;
- cette interaction entre le mental et l'électron produit des effets même sur de grandes distances.

Les énergies subtiles obéissent à un ensemble de lois différent de celui des énergies physiques, et rayonnent leur énergie avec des attributs qui leur sont propres. Il n'existe par ailleurs pas qu'un seul type d'énergie subtile. Tiller émet l'hypothèse de plusieurs substances subtiles, lesquelles occupent chacune un domaine spatio-temporel différent. Ces domaines représentent différents niveaux de réalité. L'énergie subtile s'écoule vers le bas depuis le plus haut niveau, que Tiller appelle le « divin ». Chaque niveau fournit un cadre pour le niveau inférieur. Quand l'énergie subtile pénètre dans le domaine suivant, elle s'y adapte – mais lui communique également des instructions. Les lois diffèrent pour chacun de ces niveaux car l'énergie s'y fait de plus en plus dense.

Les niveaux de réalité subtile de Tiller se classent du moins dense au plus dense :

- physique
- éthérique (également appelé bioplasmique, préphysique ou corps d'énergie)
- astral
- trois niveaux mentaux
 - instinctif
 - intellectuel
 - spirituel
- spirituel
- divin

Le niveau éthérique se situe juste au-dessus du niveau physique. Selon Tiller, l'énergie subtile éthérique pénètre tous les

niveaux d'existence matérielle et, à travers le principe de polarité, forme les atomes et les molécules qui créent la matière. Notre mental interagit avec l'énergie éthérique (et les énergies supérieures) pour dessiner des motifs dans la dimension physique. Ces motifs agissent comme un champ de force qui nous relie au niveau énergétique correspondant. L'explication donnée par Tiller du niveau physique dans son rapport à l'éthérique est semblable à celle que proposent les experts présentés dans « La structure de l'anatomie subtile » à la page 17. Il suggère que le royaume physique occupe un cadre spatio-temporel positif qui est principalement électrique et dans lequel les opposés s'attirent ; au cours du temps, le potentiel diminue et l'entropie (le chaos) augmente. Le royaume éthérique, à l'inverse, est un domaine spatio-temporel négatif hautement magnétique : les semblables s'attirent. Lorsque le temps s'écoule dans ce royaume, le potentiel augmente et l'entropie diminue ; par conséquent, il s'instaure davantage d'ordre. Nous pouvons avancer que la communication s'établit dans le royaume physique via les cinq sens ; pour atteindre le niveau éthérique (et les niveaux supérieurs), nous devons utiliser notre intuition – le sixième sens. Dans le modèle de Tiller, les méridiens et les chakras agissent comme des antennes qui détectent et envoient des signaux du domaine physique aux domaines supérieurs. Ces structures subtiles interviennent entre le corps physique et le royaume éthérique (et d'autres encore), traduisant des ordres supérieurs pour que nous puissions les percevoir depuis le plan physique.

Les scientifiques pensaient que les particules étaient différentes des ondes, mais ce n'est pas toujours vrai, comme vous le verrez dans la définition de la dualité onde/particule dans cette section.

Les ondes, ou particules agissant en mode ondulatoire, *oscillent* ou se balancent dans un mouvement rythmique. Ces oscillations créent des champs qui, à leur tour, peuvent générer d'autres champs. Par exemple, des électrons oscillants chargés forment un *champ électrique*, qui génère un *champ magnétique*, qui à son tour crée un *champ électrique*.

La *superposition*, en ce qui a trait aux ondes, signifie qu'un champ peut produire des effets sur d'autres objets et en être affecté en retour. Imaginez qu'un champ provoque des oscillations dans un atome. À son tour, cet atome produit ses propres ondes et champs. Ce nouveau mouvement peut engendrer un changement dans l'onde de départ. Ce principe nous permet de combiner les ondes ; le résultat en est la superposition. Nous pouvons également soustraire des ondes de l'une ou l'autre. La guérison énergétique fait souvent intervenir l'addition ou la soustraction d'ondes, consciemment ou involontairement. En outre, ce principe aide à expliquer l'influence de la musique, qui consiste souvent à combiner deux ou plusieurs fréquences pour former un accord ou un autre harmonique.

Un *harmonique* est un concept important du domaine thérapeutique, car chaque personne évolue à un harmonique ou ensemble de fréquences qui lui est propre. On définit un harmonique comme un multiple entier de la fréquence fondamentale. Cela signifie qu'un ton fondamental génère des tons à de plus hautes fréquences appelés tons harmoniques. Ces ondes plus courtes, plus rapides oscillent entre deux extrémités d'une corde ou d'une colonne d'air. Comme ces ondes réfléchies interagissent, les fréquences des longueurs d'onde qui ne se divisent pas en proportions égales sont étouffées et les vibrations restantes sont appelées les harmoniques. Le travail thérapeutique sur les énergies consiste parfois à supprimer les « mauvais tons » au profit des « bons ».

Mais *tout* traitement débute par l'oscillation, qui constitue la base de la fréquence. La *fréquence* est la vitesse périodique à laquelle une chose vibre. On la mesure en hertz (Hz) ou en cycles par seconde. La *vibration* se produit lorsque quelque chose se déplace en allant et venant. On la définit de façon plus officielle comme une oscillation à cycle continu par rapport à un point fixe – ou une oscillation complète.

Tout dans l'univers vibre et tout ce qui vibre transmet ou reçoit de l'information (la définition de l'énergie). Pour élargir notre débat sur les particules et les ondes en y incluant la *santé*, nous pouvons définir la santé comme l'état d'un organisme eu égard à son fonctionnement à un temps donné. Il y a bonne santé quand un organisme et ses composants (comme les cellules et les organes) vibrent de manière optimale ; des problèmes de santé affectent l'organisme quand ses composants vibrent de

façon contraire, en mettant en cause sa capacité à fonctionner. La vibration ou énergie externe influence également tous les organismes, y compris les personnes. Exposées à des vibrations ou à une énergie nuisible, les vibrations ou énergie internes à nos corps souffrent, et nous perdons la santé.

La *médecine vibratoire* consiste à utiliser volontairement une fréquence pour en affecter positivement une autre ou pour ramener un organisme à l'équilibre. C'est l'une des composantes du traitement *énergétique*, qui utilise également de l'information – couplée à la vibration – pour provoquer un changement. Le traitement énergétique englobe toutes les formes de médecine allopathique – qui ne travaillent qu'avec les structures énergétiques relativement basses ou mesurables – ainsi que les méthodes permettant de travailler avec les énergies subtiles.

En termes de vibration, la santé dépend de la *résonance*, qui se produit quand un objet vibre à la même fréquence naturelle qu'un autre et force le second à vibrer. Toute médecine tient au fait d'atteindre la résonance. Une découpe chirurgicale perturbe la résonance corporelle, mais les points de suture remettent ensuite le tissu en place pour que l'harmonie puisse se rétablir dans le corps. Certaines cellules « résonnent » ou perçoivent des dysharmonies vibratoires et sont capables d'y pallier. C'est le cas des globules blancs, qui détectent les agents pathogènes perturbant la résonance. En éliminant ces agents pathogènes, ils permettent au corps de retrouver l'harmonie.

Quand un organisme est en bonne santé dans son ensemble, ses systèmes sont *entraînés* ou en rythme l'un avec l'autre. Les physiciens définissent l'entraînement comme l'enclenchement de deux rythmes aux fréquences similaires ; on ne peut dès lors acquérir de l'entraînement que par la résonance entre deux objets (ou pensées) qui vibrent de façon semblable. Avec l'entraînement, une vibration externe plus forte n'active pas seulement une réponse, elle déloge en réalité la deuxième de sa fréquence de résonance. C'est ce que l'on appelle la *fréquence forcée*. La *cohérence* désigne un entraînement positif, et la *dissonance* se produit quand des perturbations vibratoires engendrent des problèmes de santé¹⁷.

LES FORMES D'ÉNERGIE

Il existe plusieurs formes d'énergie. Commençons par les énergies électriques et magnétiques.

Nous sommes des êtres électriques : nos corps produisent de l'électricité et ils dépendent d'elle pour survivre. L'électricité est le flux de puissance ou de charge électrique. On peut l'expliquer plus clairement en disséquant un atome.

Tout est fait d'atomes et ces derniers sont composés de particules subatomiques. Les unités atomiques visibles, ou particules résidant au sein ou autour du noyau, sont les *protons*, les *neutrons* et les *électrons*. De ceux-là, les électrons sont les plus petits. Ils gravitent autour de l'orbite en formant des couches, qui ressemblent à des bulles, et on dit par conséquent qu'ils *orbitent* autour du noyau ou centre d'un atome.

Les électrons sont maintenus par une force électrique. Ils peuvent se déplacer d'une couche à l'autre. Lorsque c'est le cas, ils produisent un effet : l'énergie rayonnante. Le mot *valence* désigne le nombre de paires d'électrons qu'un atome peut avoir en commun avec d'autres atomes. On peut l'illustrer par une série d'orbites dans lesquelles voyagent les électrons.

Les protons et les électrons s'attirent mutuellement et portent donc chacun une charge électrique. Une *charge* est une force à l'intérieur d'une particule. Les protons possèdent une charge positive et les électrons une charge négative.

La charge est un concept critique en matière d'énergie. La charge électrique fonctionne sur un principe d'attraction et existe quand deux particules de charge contraire s'attirent. Les particules

neutres ne possèdent aucune charge et, par conséquent, n'en attirent pas d'autres, du moins électriquement. La charge crée, au moins temporairement, des unions dans lesquelles se lient différents types de particules.

Dans le monde physique, des charges semblables se repoussent et des charges opposées s'attirent. Pourquoi des particules semblables tiennent-elles ensemble à l'intérieur du noyau ? Une particule subatomique appelée *gluon* (agissant comme de la glu) force leur cohésion. Dans l'Univers, la gravité maintient les choses ensemble.

L'idée que les opposés s'attirent est semblable à la théorie du yin et du yang de la médecine traditionnelle chinoise, relevant du principe de polarité expliqué plus tôt dans ce chapitre. La plupart des modèles médicaux et spirituels découlent de cette recherche de complétude.

Quand un atome est en équilibre, il possède un nombre égal de particules positives et négatives (les neutrons sont neutres). Quand leur nombre est inégal, l'atome devient instable.

Les électrons se placent habituellement sur les couches les plus proches du noyau. Celles-ci contiennent moins d'électrons que les couches les plus éloignées. Les électrons des couches les plus proches exercent une force d'attraction maximale sur les protons. Et qu'en est-il de ceux plus éloignés ? Ces électrons peuvent être tirés hors de leur orbite et voyager d'un atome à l'autre. On peut retrouver certains d'entre eux sur un terrain de football plus loin, comparativement.

Bien qu'elle soit généralement produite par des électrons, l'électricité peut aussi être générée par des *positrons*: des *antiparticules*, qui sont les pendants des électrons (définis dans « Le monde quantique » à la page 25), et des *ions*, atomes ou groupes d'atomes qui ont modifié leur charge électrique en perdant ou en gagnant un électron. Le corps physique compte sur les ions pour véhiculer des messages à travers ses différents systèmes, dont les systèmes nerveux et cardiovasculaire. Généralement composés de substances chimiques comme le potassium ou le calcium, les ions transmettent l'information contenue dans les charges électriques.

L'*ionisation* désigne le mouvement des électrons d'une couche atomique à l'autre. Comme nous l'avons déclaré précédemment, les électrons ont tendance à demeurer à leur état de base, en occupant généralement les couches les plus proches du noyau. En cas de perturbation, un électron peut être projeté hors de la molécule. La molécule neutre d'origine devient alors un *ion positif*. Si l'électron libre se connecte à une molécule neutre, il la transforme en *ion négatif*. S'il se lie en revanche à un ion positif, il s'établit généralement dans l'une des couches d'énergie vacantes et émet un *photon*, une unité de lumière examinée dans « De l'énergie aux effets concrets » à la page 24. L'ionisation joue un rôle crucial dans le transfert d'énergie à travers le corps.

Encore une fois, l'électricité est le produit d'électrons chargés. Nous ne percevons toutefois qu'un effet, quand l'énergie potentielle se change en énergie cinétique. L'*énergie potentielle* est de l'énergie emmagasinée. Elle est prête à être utilisée, mais elle est actuellement « en repos ». L'*énergie cinétique* est de l'énergie en mouvement. Les électrons doivent circuler pour générer de l'électricité ou de l'énergie cinétique et utilisable. Les électrons peuvent se déplacer de plusieurs manières et dans différents milieux. Ils peuvent se faufiler à travers les circuits d'ordinateurs, osciller dans des antennes pour transférer des messages ou vibrer à travers des câbles pour faire marcher des moteurs. Et ils génèrent de la lumière et de la chaleur sous forme de résistance. Les électrons se meuvent parce qu'un champ électrique les stimule ou les force à agir. Un *champ* est une force se déplaçant à travers un milieu qui peut transférer de l'énergie. Cette force exerce la même influence à chaque point. Une différence dans une charge électrique crée un *champ électrique*. Les particules chargées sont en réalité propulsées par la force, se précipitant d'un atome à un autre,

parfois sur de grandes distances. L'électricité est aussi générée par des aimants se déplaçant dans une bobine, à travers des aimants et des câbles, par des piles et via des circuits ouverts. On mesure la puissance électrique en watts ou kilowatts-heure (kWh) (voir « De l'énergie aux effets concrets », ci-contre, pour de plus amples explications sur ces types d'énergie). L'électricité est également produite par des sources secondaires comme le charbon, le gaz naturel, l'énergie solaire et thermique.

DE L'ÉNERGIE AUX EFFETS CONCRETS

Il existe maints types d'énergie que nous utilisons dans la vie quotidienne. Voici une liste de quelques-unes reconnues par la science partout dans le monde. Les descriptions ne sont données ici que pour celles que nous n'étudions pas ailleurs.

Électricité (voir page 22)

Magnétisme (voir page 25)

Électromagnétisme (voir page 25)

Énergie mécanique : appelée énergie effective, elle est produite dans ce cas par une force agissant sur une masse, telle qu'un gaz en expansion projetant un boulet de canon. Le son est une forme d'énergie mécanique.

Énergie chimique : utilise l'énergie contenue dans des liens moléculaires, forces qui maintiennent les molécules ensemble. La photosynthèse en est un exemple.

Énergie thermique : la partie d'un système qui augmente avec la température. En thermodynamique, l'énergie thermique est intrinsèque à un système et peut également être appelée chaleur. La chaleur se définit comme un flux d'énergie passant d'un objet à un autre, causé par une différence de température entre ces deux objets.

Les quatre forces fondamentales de l'Univers sont la force électromagnétique, la force nucléaire forte (qui maintient ensemble les noyaux atomiques), la force nucléaire faible (qui entraîne certains types de désintégration radioactive) et la gravité (attraction entre deux objets). Les différences majeures entre les trois premières sont les suivantes : l'interaction magnétique agit sur des particules chargées ; l'interaction forte agit sur des quarks et gluons subatomiques en les reliant ensemble pour former des protons, des neutrons et autres ; et l'interaction faible agit sur des quarks et leptons subatomiques pour transmuter les quarks, et ainsi permettre à un neutron de devenir un proton plus un électron et un neutrino. Il existe également une autre interaction, appelée l'interaction de Higgs, sous-tendant un champ de Higgs, qui remplit l'espace comme un fluide. Ce processus fournit aussi une masse aux quarks et aux leptons¹⁸ (voir l'index pour les différents types de particules).

La **lumière** correspond à des perturbations oscillatoires, ou à une onde électromagnétique, dans le champ magnétique. Elle crée le spectre électromagnétique, un continuum de différents types de lumière qui oscillent à des vitesses différentes et sont décrits dans la troisième partie.

Les photons sont les unités de lumière de base, ainsi que les particules fondamentalement responsables du spectre électromagnétique. Un photon véhicule tous les rayonnements électromagnétiques correspondant à chaque longueur d'onde. Contrairement à maintes autres particules élémentaires, il ne possède pas de masse ou de poids ni de charge électrique, il ne se désintègrera pas dans l'espace et se déplace dans le vide à la vitesse de la lumière. Comme tout quantum, il est à la fois une onde et une particule. Les photons naissent quand une charge s'accélère et qu'une molécule, un atome ou un noyau passe à un niveau d'énergie plus bas (c.-à-d. quand l'électron se déplace entre les couches), ou quand une particule et son antiparticule s'annihilent.

Le flux électrique produit un *champ magnétique* causé par le spin des électrons autour du noyau d'un atome. En fait, tout flux de courant à travers un conducteur génère un champ magnétique dans l'espace environnant. C'est là un fait important en médecine énergétique. Des électrons circulant à travers un câble ou un tissu vivant génèrent des champs magnétiques dans l'espace qui entoure le câble ou le corps. Votre cœur, vos muscles, organes, nerfs, cellules, molécules et autres créent leur

propre *champ biomagnétique*, appelé *biomagnétique* parce qu'il relève de la biologie. Les *champs bioélectriques* sont ceux générés par des entités biologiques.

De plus en plus, l'industrie médicale repose sur des appareils qui mesurent les champs biomagnétiques plutôt que les champs bioélectriques, car il est difficile d'analyser ces derniers à travers la peau – même en s'aidant du célèbre électrocardiogramme. Le tissu demeure néanmoins invisible aux champs biomagnétiques, c'est pourquoi tant d'appareils de diagnostic modernes, dont les magnétocardiogrammes, magnétoencéphalogrammes et magnétomyogrammes, sont à présent utilisés pour apprécier les processus internes du corps. Alors que la science a longtemps utilisé l'électricité pour aider le corps à guérir, elle se tourne maintenant vers le magnétisme. La *magnétobiologie* est l'exploration des différentes façons de recourir au magnétisme à des fins curatives. Naturellement, tous les objets ne sont pas magnétiques. Dans maints objets, les atomes sont disposés de telle façon que les électrons se déplacent dans des directions différentes ou de manière aléatoire, s'annihilant ainsi l'un l'autre. Les aimants fonctionnent différemment parce qu'ils renferment deux pôles : nord et sud. Ces pôles entraînent le déplacement des électrons dans la même direction, en établissant un courant et par conséquent un champ magnétique. La force magnétique circule du pôle nord au pôle sud. Les pôles nord et sud de deux aimants différents s'attireront l'un l'autre ; encore une fois, les opposés s'attirent.

L'électricité produit du magnétisme, mais les aimants peuvent aussi créer de l'électricité : les champs magnétiques en mouvement stimulent les électrons, qui génèrent ensuite l'électricité.

L'électricité et le magnétisme forment ensemble le *champ électromagnétique*, défini comme un champ qui impose une force à des particules possédant une charge électrique. En retour, ce champ subit l'influence de ces particules stimulées, et se trouve à l'origine de la lumière.

LE MONDE QUANTIQUE

Un *quantum* est la plus petite unité mesurant une chose physique. Les *particules subatomiques* sont celles qui élaborent un atome. La *mécanique quantique* est l'étude et l'application de ces particules infimes et la *théorie des quanta* cherche à comprendre comment elles fonctionnent. Les quanta relèvent du monde de la *physique quantique* : une discipline liée à la physique classique newtonienne – mais qui s'en distingue aussi.

La mécanique quantique est née lorsque les physiciens ont découvert que la matière, et pas seulement la lumière, possédait des propriétés ondulatoires. Les étranges mécanismes des quanta indiquaient que les lois fondamentales naturelles de la physique classique n'étaient pas vraiment infaillibles : elles ne justifiaient que des probabilités. La physique quantique cherche à expliquer pourquoi les quanta ne restent pas immobiles dans le temps et pourquoi ils ne se situent pas toujours dans un seul espace. Un seul électron ou proton, par exemple, peut se trouver ici et ailleurs au même moment et peut même suivre simultanément deux trajectoires différentes.

Vous trouverez ci-dessous un examen plus approfondi des bases de la physique quantique.

En savoir plus sur les quanta

La science travaille généralement avec vingtquatre particules subatomiques, dont l'électron, le photon et une demi-douzaine de quarks. Les *quarks* possèdent une charge électrique équivalente à un ou deux tiers de celle que l'on trouve dans un électron. Les *leptons* sont des particules fondamentales qui possèdent soit des charges neutres, soit une demi-unité de charge négative. Ils sont soumis à l'interaction faible. Les quarks et les leptons renferment et influencent maintes autres particules. *Tachyon* est le nom qu'on donne aux particules subatomiques dont la vitesse est supérieure à celle de

la lumière. Les *particules de force* sont celles qui déterminent les forces.

LES TROIS LOIS DE LA THERMODYNAMIQUE À TRAVERS LA LENTILLE QUANTIQUE

La physique classique repose sur les trois lois de la thermodynamique. Il s'agit de lois sur l'énergie qui nous enseignent comment elle fonctionne et, par conséquent, ce que nous pouvons (ou ne pouvons pas) réaliser avec elle. Aussi pratiques qu'elles puissent être pour le praticien de la médecine occidentale, elles se trouvent étendues par des occurrences quantiques.

Les trois lois sont les suivantes :

Première loi : l'énergie se conserve volontiers ; par conséquent, on ne peut la créer ou la détruire, mais simplement la transformer ;

Deuxième loi : l'entropie (mesure de l'information) tend à croître. Cela signifie que plus un système dure, plus il contient de désordre et d'information indisponible ;

Troisième loi : au moment où la température approche du zéro absolu, l'entropie ou le chaos devient plus constant.

Ces lois gouvernent le macrocosme, mais ne sont pas systématiquement vraies dans le micro-univers des quanta. Selon la deuxième loi, par exemple, l'énergie (ou l'information qui vibre) diminue progressivement jusqu'à atteindre le zéro absolu. La science ne peut pas encore accéder au zéro absolu, mais elle peut s'en approcher. À ce moment-là, l'énergie est supposée demeurer immobile. Selon la première loi, par ailleurs, l'énergie ne peut être détruite, ce qui signifie que l'information indisponible doit se rendre quelque part.

Les atomes et la masse ne peuvent stocker qu'un nombre limité d'informations, donc ces données manquantes ne se dissimulent pas dans une tasse de café. Il est possible, par contre, qu'elles soient stockées dans des antimondes parallèles ou peut-être encore dans les domaines d'énergie subtile explorés par le Dr Tiller dans « Un modèle d'énergie subtile » à la page 20.

Seth Lloyd, physicien au MIT, soutient l'idée de portails terrestres dans son livre *Programming the Universe*. La mécanique quantique a démontré qu'il n'est pas seulement permis à l'électron de se trouver à deux endroits à la fois, mais bien qu'il le fait. Certaines particules ne tournent pas seulement dans deux directions au même moment, mais doivent se comporter ainsi¹⁹. À des vitesses très élevées, les atomes requièrent davantage d'information pour décrire leurs mouvements, et, par conséquent, l'entropie augmente²⁰.

En outre, un observateur influence le résultat de ce qu'il observe. Comme l'explique le livre *The Orb Project*, l'effet de l'observateur sur le champ quantique pousse la réalité à se réorganiser suivant l'observation. Cela veut dire qu'une réalité nouvellement observée descend à travers les niveaux de fréquence en-dessous du quantum, en se densifiant dans la réalité matérielle²¹. L'information non observée « se perd » si l'observateur ne la juge pas « réelle » ou intéressante. Elle n'est pas éliminée ; le potentiel non sélectionné glisse plutôt dans la poche d'un « ailleurs ».

Bien évidemment, nous pouvons la retrouver. Comme Lloyd l'explique, nous pouvons accéder aux données perdues en « activant un qubit », un message codé, ce qui signifie que nous pouvons exercer un champ magnétique sur l'énergie pour la forcer à passer d'un état à un autre²². Nous avons établi que la couche subtile se situe au-dessus de la couche physique et que la couche éthérique des énergies subtiles est de nature magnétique. Se pourrait-il que l'information que nous ne pouvons pas atteindre – peut-être les données qui pourraient faire recouvrer la santé à une personne malade – s'attarde dans un plan supérieur ?

Nous devons encore affronter une autre loi : la troisième loi de la thermodynamique. Les expériences menées avec le zéro absolu lui ont fourni une nouvelle perspective, de celles qui amorcent une compréhension de l'énergie subtile. Le zéro absolu est le point auquel les particules possèdent une énergie minimum, appelée l'énergie du point zéro. Des chercheurs, dont le Dr Hal Puthoff, ont mis en rapport cette énergie du point zéro avec le champ du point zéro, un filet de lumière qui entoure l'ensemble de la réalité (ce champ est expliqué plus loin dans la troisième partie). Ce champ de lumière est un état de vacuité, mais il n'est pas vide ; au contraire, c'est un océan d'énergie électromagnétique et, éventuellement, de particules virtuelles – des idées qui peuvent devenir réelles.

En théorie, l'énergie devrait se tenir complètement immobile au zéro absolu, ce qui impliquerait que l'information y soit emprisonnée en permanence. Toutefois, des recherches sur l'énergie du point zéro révèlent qu'à l'approche du point zéro, le mouvement atomique s'interrompt, mais l'énergie subsiste. Cela signifie que l'« information perdue » n'est pas vraiment perdue. Même gelée, elle continue de « vibrer » à l'arrière-plan. Les questions pertinentes à se poser sont les suivantes : comment « lire » cette information d'arrière-plan ? Comment l'appliquer ? Ce questionnement est pareil à

celui que nous nous posons sur l'information « cachée ». Comment accéder à des données dissimulées, mais dignes d'intérêt ? En apprendre davantage sur les structures subtiles nous livrera les réponses, car ces structures résident à l'intersection entre le plan concret et les plans supérieurs. Agissez au sein des structures subtiles et vous pourrez passer d'une réalité négative à une réalité positive, sans perdre d'énergie dans le processus.

Dualité onde/particule

De nombreuses particules subatomiques se comportent à la fois comme des ondes et des particules. Elles portent leur « casquette de particule » lorsqu'elles sont créées et annihilées. Elles arborent leur « casquette d'onde » le reste du temps.

Antiparticules

Les *antiparticules* sont des unités spécifiques à l'*antimatière*. Paul Dirac, un physicien anglais qui cherchait à fusionner la relativité et la mécanique quantique, définit le concept en 1928. Il théorisa que chaque particule possède son propre pendant, une particule qui a la même masse et le même spin, mais avec une charge opposée. Quand un électron rencontre son partenaire, le positron, ils disparaissent tous deux, en laissant derrière eux une paire de photons. L'antimatière est également considérée comme une source d'énergie.

Antimondes

Il s'agit de réalités parallèles qui se forment lorsqu'une voie *n'est pas* choisie. La « théorie des mondes multiples » et la « théorie des univers parallèles » découlent de cette question : où se nichent les antiparticules ? Une autre question liée à cette idée est la suivante : où se trouvent tous les choix « non observés » ou non manifestés dans la réalité concrète ? Nous savons que les antiparticules existent, depuis qu'en 1932, Carl D. Anderson découvrit, au California Institute of Technology, la trace de positrons – des antiparticules d'électrons – au moyen d'une chambre à brouillard exposée à des rayonnements cosmiques²³.

Spin

Le *spin* est la rotation d'une particule autour de son axe. Toutes les particules tournent et peuvent même le faire autour de deux axes différents en même temps. Mais, selon une théorie appelée le *Principe d'incertitude de Heisenberg*, on ne peut être sûr de la valeur exacte du spin autour de ces deux axes. Les spins autour d'un axe vertical et horizontal sont complémentaires – mais si vous savez comment l'un tourne, vous ne pouvez pas savoir comment tourne l'autre. De même, si vous pouvez prouver le spin d'une particule, vous ne serez pas capable de vérifier en toute certitude une autre de ses qualités physiques, sa vitesse par exemple. Mesurer perturbe l'objet de la mesure²⁴.

Intrication

Grâce à l'intrication, deux ou plusieurs objets peuvent se lier et s'influencer l'un l'autre lorsqu'ils sont séparés, parfois par des milliers de kilomètres (ou de dimensions). Ce phénomène est appelé *l'intrication quantique* et il se rapporte à des objets ou des particules qui ont été un jour mis en contact.

Comme nous l'avons étudié, les principes de base du monde énergétique prennent en compte les explications classiques et quantiques. Mariez ces deux points de vue et voilà qu'émerge une couche de réalité qui les réunit et les explique tous deux : le royaume de l'énergie subtile.

LE THÉRAPEUTE ÉNERGÉTIQUE

Qu'est-ce qu'un thérapeute ? Tous les thérapeutes travaillent sur les énergies, mais tous ceux qui travaillent sur les énergies sont-ils « thérapeutes » ? Faut-il en réalité « guérir des personnes » pour être considéré comme un thérapeute ? Oui – si le traitement ne permet pas seulement de guérir, mais d'entraîner un changement positif.

Soigner et guérir sont deux concepts fort différents. Soigner, c'est supprimer les symptômes. Guérir, c'est assurer un état de plénitude. Une personne est complète, bien qu'il lui manque une jambe, qu'elle soit grippée ou condamnée à mort. Un thérapeute est essentiellement quelqu'un qui aide une autre personne à réaliser sa plénitude intérieure, sans se soucier des apparences ou du résultat du traitement.

Pour être thérapeute, il convient de suivre un code d'honneur, celui qui encourage le patient à nourrir des croyances, des actions, des pensées et des sentiments sains – sans qu'ils n'influent sur lui. Être thérapeute sous-tend d'être sage – et d'agir de façon sage. Pour être un *thérapeute énergétique*, que son orientation soit allopathique, complémentaire, orientale, occidentale, spirituelle ou autre, il convient en outre de comprendre l'énergie et ses effets. Être un *thérapeute des énergies subtiles* demande d'appréhender un ensemble de questions encore plus spécifiques.

Dans ce chapitre, nous développerons brièvement les croyances et l'éthique de base nécessaires pour être un thérapeute énergétique (ce que tout thérapeute est en essence). Vous pouvez emmener cette boîte à outils partout avec vous, tout comme la mallette utilisée par les médecins qui consultent à domicile. Nous examinerons également quelques-unes des questions particulières auxquelles est confronté un thérapeute des énergies subtiles, telles que l'utilisation adéquate de l'intuition et du discernement, en fournissant des paramètres qu'un spécialiste du subtil peut appliquer à sa pratique.

QUALITÉS REQUISES POUR TRAVAILLER AVEC LES ÉNERGIES

Un praticien énergétique professionnel doit décider du *modus operandi* en termes de techniques, de croyances et d'éthique, en choisissant soigneusement la formation, les attitudes et les limites qui serviront au mieux ses patients et lui-même – même si les patients sont des enfants ou des amis. Nous pouvons emprunter les lignes directrices les plus universelles au serment d'Hippocrate adopté par de nombreux médecins lorsque leur diplôme leur est remis par une école de médecine.

La version succincte du serment est d'*aider et ne pas nuire* – mais il existe beaucoup de gris entre ces deux extrémités noire et blanche. Considérons une version mise à jour de ce serment, s'appliquant aux praticiens énergétiques. Ce résumé du serment se base sur la version classique – celle jurée aux dieux il y a mille ans (les phrases du serment sont en italique et leurs commentaires en romain)²⁵.

- *Je dirigerai le régime des malades à leur avantage, suivant mes forces et mon jugement.* Ne soignez des gens que si vous êtes qualifié pour le faire.
- *Je m'abstiendrai de tout mal et de toute injustice.* N'outrepassiez pas vos limites. Si vous êtes homme de terrain, vous n'êtes pas formé pour décider si un patient souffrant d'un cancer peut bénéficier d'une chimiothérapie.
- *Je mettrai mon maître de médecine au même rang que les auteurs de mes jours.* Respectez vos professeurs et choisissez des formateurs, des écoles et des programmes de qualité.
- *Je ne remettrai à personne du poison, si on m'en demande, ni ne prendrai l'initiative d'une pareille suggestion.* Toute énergie est remède – même l'énergie subtile. Qu'il ait la forme d'herbes, de son, de lumière, de mots ou de médicament, le remède produit un effet et ne doit pas être utilisé sans en connaître parfaitement les effets.
- *Je passerai ma vie et j'exercerai mon art dans l'innocence et la pureté.* Cela signifie que vous comptez par-dessus tout. Votre vie et vos valeurs sont importantes et vous ne devez pas les sacrifier à votre travail.
- *Dans quelque maison que je rentre, j'y entrerai pour l'utilité des malades, me préservant de tout méfait volontaire et corrupteur, et surtout de la séduction des femmes et des garçons, libres ou esclaves.* N'intervenez pas dans la vie de vos clients. La plupart des médecins professionnels et spécialistes ne peuvent voir ou entretenir une relation avec leurs patients en dehors du travail à moins que le traitement n'ait cessé depuis deux ans.
- *Quoi que je voie ou entende dans la société pendant ou même hors de l'exercice de ma profession, je tairai ce qui n'a jamais besoin d'être divulgué, regardant la discrétion comme un devoir en pareil cas.* Les patients méritent qu'on respecte leur intimité.

Une version moderne du serment recommande également d'éviter d'entreprendre ce que les spécialistes peuvent accomplir mieux que vous. Un professionnel renvoie les clients aux personnes de référence qui conviennent.

LE TECHNICIEN DE L'ÉNERGIE SUBTILE : FORMATION SPÉCIALISÉE

Travailler avec les énergies subtiles demande d'apprendre, en toute connaissance de cause, des techniques qui peuvent englober, mais également franchir, les limites de la discipline médicale allopathique. Un professionnel des énergies subtiles doit se tourner vers trois domaines techniques pour devenir un technicien compétent.

- *La maîtrise d'au moins une pratique énergétique.* Il existe de grands chiropracteurs qui n'ont suivi que quelques heures de formation en acupuncture. Cela ne fait pas d'eux des spécialistes de l'acupuncture ni de remarquables praticiens énergétiques. Un professionnel des énergies subtiles qualifié doit satisfaire aux critères suivants :
 - être bien informé sur les énergies subtiles et l'anatomie énergétique intervenant dans le domaine choisi ;
 - comprendre la relation entre les structures subtiles adéquates et le corps physique ;
 - accepter et posséder une compréhension pratique de la relation entre le domaine des énergies et les autres composantes du moi : le mental, les émotions et l'esprit ;
 - le cas échéant, soyez à l'écoute et développez l'aspect intuitif de l'art énergétique ;
 - si vous recourez à des facultés intuitives, référez-vous également à l'intellect et au bon sens.

De nombreux médecins occidentaux suivent leurs « petites voix » pour poser un diagnostic. C'est merveilleux – mais ils y donnent suite par des tests et des procédures scientifiques. Même un praticien intuitif doit pouvoir le faire. Étudiez comment vous pouvez confirmer vos intuitions mécaniquement.

- *Si votre pratique est intégrative, la maîtrise d'au moins un autre domaine professionnel.* La médecine intégrative explose à travers l'Amérique, se joignant à une tendance mondiale. En fait, certains pays n'ont jamais complètement occidentalisé leur pratique de la médecine. Leur médecine traditionnelle est dite complémentaire ou intégrative. Un praticien intégratif occidental doit être détenteur, dans le monde occidental, d'un diplôme reconnu académiquement et légalement, en plus d'une compétence dans une discipline des énergies subtiles. Les lois nationales déterminent quels diplômes et quelles formations remplissent les conditions.
- *Formation continue.* La médecine des énergies subtiles est l'un des domaines en plus forte croissance dans le monde, qui gagne en valeur et en reconnaissance tout en s'étendant aussi en termes de documentation disponible. Tenez-vous informé, lisez des livres et suivez des cours.

LE POUVOIR DES CONVICTIONS

L'efficacité d'un praticien énergétique dépend de ses convictions (que la personne travaille ou non avec les énergies subtiles). Un professionnel doit se poser les questions suivantes : crois-tu en l'efficacité de ta discipline énergétique ? Crois-tu en toi ? Crois-tu en la faculté de ton client de guérir ou évoluer ? Les réponses à ces questions et à d'autres basées sur les convictions ont un impact sur le succès professionnel et préservent le bien-être personnel.

Vos champs d'énergie interagissent avec ceux de vos patients. Ce que vous pensez de vous-même – ce que vous nourrissez dans votre cœur – se transmet au cœur de votre client et, de là, à son corps (vous trouverez ci-dessous davantage d'informations sur le traitement centré sur le cœur). Comme le Dr Herbert Benson d'Harvard, praticien psychosomatique, le fait remarquer, « nos cerveaux sont parcourus de convictions et d'attentes. Quand elles s'activent, notre corps peut y répondre comme si la croyance était une réalité, entraînant la surdité ou la soif, la santé ou la maladie »²⁸.

Nous savons que ce que nous croyons peut se concrétiser grâce à deux phénomènes largement étudiés (mais pas totalement compris) appelés les effets *placebo* et *nocebo*. L'effet placebo se produit lorsqu'on administre un faux traitement ou médicament sous une forme déguisée. Les sujets ne savent pas qu'ils reçoivent quelque chose d'inefficace du point de vue médical. En fait, on leur déclare que « cela va marcher ».

Depuis 1955, des chercheurs suivent l'effet apparemment magique du placebo, parfois à leur grand désarroi, car les études révèlent souvent que non seulement les placebos fonctionnent, mais qu'ils fonctionnent parfois aussi bien (ou mieux) que les « véritables » médicaments ou traitements. Par exemple, au cours de récentes études, maints placebos ont affiché un résultat équivalent à des médicaments pour la toux destinés aux enfants²⁹.

Des études ont montré également que l'effet placebo ne se limite pas aux médicaments. Il se prolonge aux dispositifs et aux techniques physiques, comme l'utilisation du massage, des soins naturopathiques et chiropratiques, de l'hydrothérapie, de la chaleur, de la lumière et autres³⁰. Il s'applique également aux thérapeutes et à leurs effets sur les patients. Comme l'affirme Michael Jospe, professeur à la California School of Professional Psychology, « l'effet placebo relève du potentiel humain à réagir positivement à un thérapeute »³¹. L'attitude du thérapeute aide à induire des résultats chez le patient.

Ce qui peut guérir peut aussi nuire. Considérons le revers de l'effet placebo, l'effet nocebo, qui peut être exprimé comme suit : si vous croyez que quelque chose de négatif va se produire, ce sera probablement le cas. Des chercheurs ont découvert que des femmes, qui se croyaient sujettes à une maladie cardiaque, avaient quatre fois plus de chance de développer des problèmes cardiaques que celles présentant les mêmes facteurs de risques, mais sans afficher une attitude négative. Une étude détermine que 100 % des personnes qui subissaient une opération et désiraient la mort (généralement pour retrouver un proche disparu) sont décédées.

Les effets placebo et nocebo se réduisent à l'*empathie* : le partage d'énergie par des moyens énergétiques. Les gens font preuve d'empathie en permanence, certains mieux que d'autres, comme le révèle une étude de Levenson et Gottman de l'Université de Californie à Berkeley. Les chercheurs ont analysé les réactions physiologiques de couples mariés lorsqu'ils interagissaient avec empathie et ont découvert que les rythmes cardiaques de partenaires qui excellaient à la chose s'imitaient l'un l'autre. Quand le rythme cardiaque de l'un s'accélérait, l'autre faisait de même et vice versa³². Ces études, comme d'autres, révèlent qu'un thérapeute énergétique qui exerce avec *éthique* et *efficacité* est centré sur le cœur.

L'INTUITION ET L'EXPERT EN ÉNERGIE

La recherche encourage, dans une certaine mesure, l'utilisation de l'intuition dans le travail sur les énergies subtiles – et peut-être même dans tout travail énergétique. Norman Shealy, médecin, a par exemple publié une étude référant le travail de huit voyants devant poser un diagnostic sur dix-sept patients. Ces diagnostics étaient exacts à 98 % en ce qui concerne la personnalité et corrects à 80 % pour évaluer des états physiques²⁶.

Les recherches menées par le HeartMath Research Center à l'Institute of HeartMath en Californie corroborent l'existence de l'intuition et sa précision.

Nombre de ces études présentent le cœur comme un centre intuitif clé, répondant même à des informations sur le futur. À titre d'exemple, le cœur ralentit lorsqu'il reçoit des stimuli futuristes et calmants au lieu de stimuli émotionnellement excitants²⁷.

Utiliser l'intuition pour le travail énergétique entraîne une myriade de questions, dont celles des limites ; l'importance et l'applicabilité de l'information ; l'exactitude de l'interprétation ; la nature imprévisible et changeante du futur ; les effets de l'information sur le destinataire (c.-à-d. « approuver » ou « rejeter » les données) ; et, le plus important, les compétences intuitives du professionnel de l'énergie.

Malgré la nature imprécise de l'intuition, un professionnel ne devrait pas se sentir gêné de l'exercer dans son métier. Le travail énergétique est un art qui, de manière traditionnelle, relève de l'intuition.

LE THÉRAPEUTE ÉNERGÉTIQUE CENTRÉ SUR LE CŒUR

Nous savons intuitivement que le cœur est le siège de l'amour et de l'empathie, et des études le démontrent. En réalité, l'empathie se manifeste dans le champ électromagnétique (CEM) généré par le cœur en quantité beaucoup plus importante qu'ailleurs dans le corps. Le CEM du cœur émet 5 000 femtotesla (une mesure du CEM), contrairement aux 10 générés par le cerveau³³. D'autres recherches montrent que, lorsqu'il est séparé du champ magnétique, le champ électrique du cœur possède une amplitude soixante fois plus grande que celle du champ du cerveau³⁴. Via ce champ, le système nerveux d'une personne se connecte et répond aux champs magnétiques produits par les cœurs d'autres personnes³⁵. Le champ du cœur est par conséquent l'un des moyens par lequel un praticien influe sur ses patients. Cet effet nous mène à la question : « Que voulez-vous transmettre ? » Pour engendrer un résultat positif chez le patient, un praticien doit nourrir des sentiments positifs dans son cœur. Non seulement sa bonne volonté profitera au patient, mais également à lui-même en tant que

personne.

Une série d'études menées par le Dr Rollin McCraty, chercheur au HeartMath Institute en Californie, et décrites dans son e-book, *The Energetic Heart*, aident à expliquer l'importance de l'énergie positive³⁶. Depuis des décennies, les scientifiques reconnaissent que les informations sont encodées dans le système nerveux dans les intervalles de temps entre différentes activités ou dans le modèle d'activité électrique. Des études récentes révèlent également que l'information est captée dans des pulses d'hormones. De plus, il existe un pulse d'hormones qui coïncide avec les rythmes cardiaques, ce qui signifie que l'information est également répartie dans les intervalles entre battements des ondes de pression et des ondes électromagnétiques du cœur.

Des émotions négatives telles que la colère, la frustration ou l'anxiété perturbent le rythme cardiaque. Des émotions positives comme le plaisir, l'amour ou la compassion génèrent des modèles cohérents ou fonctionnels. Les sentiments, diffusés à travers le corps, engendrent des modifications chimiques dans le système tout entier. Désirez-vous être en bonne santé ? Soyez positif, en toute sincérité, aussi souvent que vous le pouvez. Vous augmentez ainsi la « probabilité de maintenir la cohérence et de réduire le stress, même lors d'épreuves »³⁷.

Ce que vous croyez, en tant que praticien, sera échangé – partout et avec chaque personne que vous rencontrerez.

LE THÉRAPEUTE INTUITIF

Il existe de multiples formes de facultés psychiques utilisées en thérapie énergétique. Tout le monde naît avec divers talents « psychiques », comme le révèlent des études approfondies³⁸. Nous pouvons développer ces dons et les utiliser pour évaluer de manière intuitive des problèmes physiques et psychologiques. Jusqu'à présent, plus de 150 études vérifiées sur la question ont été publiées, dont plus de la moitié laissent apparaître une application efficace de l'intuition³⁹. Et l'utilisation intuitive de l'énergie est l'un des moyens principaux pour dispenser un soin énergétique.

Comme pour tout dans la vie, vous ne vous montrerez pas doué pour toutes les formes d'intuition ou capable d'utiliser vos dons dans toutes les situations. Les praticiens maîtrisent souvent certains domaines et se montrent plus faibles dans d'autres. Par exemple, une étude décrit un diagnosticien intuitif qui pouvait détecter des problèmes aux organes avec une grande marge de précision, mais était dans l'incapacité d'identifier des troubles de la fertilité⁴⁰. L'une des clés pour utiliser votre intuition est de savoir distinguer quels dons vous possédez. Vous trouverez ci-après une liste partielle des différents types de facultés intuitives qui entrent le plus fréquemment en jeu dans le travail énergétique. Quoique certaines puissent sembler tirées par les cheveux, il existe une riche littérature décrivant toutes ces expériences.

Chirurgie psychique : pénétration concrète du corps par des moyens psychiques. Peut aboutir à l'ablation d'un tissu, d'un os ou d'une autre matière.

Clairaudience (également appelée *channeling* ou *transmédiumnité*) : récolte d'informations du royaume spirituel, souvent par l'intermédiaire d'une entité qui pénètre le corps.

Clairsentience : connaissances sur le monde extérieur sans bénéficier de sources d'information connues.

Divination : obtention d’informations psychiques en contactant des esprits ou en sondant le futur.

Empathie : capacité de ressentir les émotions des autres, leurs besoins ou leur état physique. Elle comprend l’*empathie basée sur le corps*, la capacité à détecter des odeurs, des sentiments, des sensations, des réactions physiques, et la conscience d’autres états du moi.

Guérison à distance : capacité à établir des diagnostics, à percevoir la situation ou les besoins d’autrui ou d’envoyer de l’énergie curative à distance.

Guérison par imposition des mains : utilisation des mains pour diagnostiquer, interpréter ou déplacer de l’énergie, que ce soit pour des sujets ou des groupes présents ou à distance.

UNE APPROCHE DE L’INTUITION BASÉE SUR LES CHAKRAS

L’une des façons les plus accessibles d’explorer et de développer ses dons psychiques est une approche basée sur les chakras. Comme je l’ai présenté et décrit dans d’autres livres, chacun des douze chakras principaux abrite un type différent de faculté psychique. Le don psychique est la capacité instinctive à recueillir, déchiffrer et transmettre des informations psychiques. Les chakras d’un individu opèrent à des fréquences vibratoires différentes ; par conséquent, chacun d’eux agit de concert avec un type différent d’information psychique. L’énergie psychique est tout simplement une version plus rapide de l’énergie sensitive. Ce qu’une personne peut « capter » ou « diffuser » peut être traduit en énergies physiques, émotionnelles, mentales et spirituelles à l’impact considérable – négatif ou positif.

Nous possédons tous divers dons innés – et des chakras plus puissants ou plus faibles. En évaluant quels sont vos chakras les plus forts, vous pouvez aussi déterminer de quels dons psychiques vous disposez.

Cette théorie souligne le fait que, bien que tout le monde soit doué, tout le monde n’utilise pas ses dons innés de manière saine ou appropriée. Divers soucis, pouvant provenir de l’enfance, de la culture, des expériences personnelles ou d’une éducation religieuse, peuvent créer des problèmes au niveau des barrières psychiques. Il se peut que les champs autour du corps ne filtrent pas l’énergie psychique entrante de façon bénéfique, ou que la programmation interne altère la capacité du chakra à collecter, interpréter ou diffuser correctement les données psychiques. Assez souvent, les professionnels de l’énergie sont « trop ouverts », dans le sens qu’ils absorbent des informations psychiques qui leur sont inutiles ou néfastes. Cela engendre des problèmes au niveau des barrières psychiques, que l’on peut pallier en passant de l’état psychique à l’état intuitif. Cela implique de mettre en place des paramètres conscients, émotionnels et énergétiques pour contrôler le flux de l’énergie entrante et sortante dans les chakras et champs auriques.

Le tableau suivant montre quels dons psychiques renferme chaque chakra, comment ces facultés agissent quand elles ne sont pas filtrées et comment elles se modifient quand l’opérateur développe des barrières intuitives.

FIGURE 1.1
DONS PSYCHIQUES RELEVANT DES CHAKRAS : DU PSYCHISME À L’INTUITION

Chakra	Don psychique	Personne psychique positive	Personne psychique négative	Don intuitif
Premier	Compassion physique (un agent en psycho-métrie, radiesthésie, chirurgie psychique, kinésiologie, télékinésie et	Ressent les problèmes physiques d’autrui et leurs causes	Absorbe les maladies et les états physiques d’autrui, sans pouvoir s’en débarrasser	Empathie physique : s’imprègne des états physiques d’autrui, mais peut s’en libérer ; peut aider à les guérir

	guérison par imposition des mains)			
Deuxième	Compassion émotionnelle	Ressent les émotions d'autrui et peut les déchiffrer	Absorbe les sentiments d'autrui et les retient dans son propre corps	Empathie émotionnelle : lit dans les émotions d'autrui et peut aider à les guérir
Troisième	Compassion mentale (souvent appelée clairsentience)	Sait ce qu'autrui pense ou croit	S'approprie les croyances et pensées d'autrui	Empathie mentale : détermine les causes des problèmes d'autrui, liées à leur système de croyances, et leur fournit un éclairage
Quatrième	Compassion relationnelle (un agent dans la guérison par imposition des mains)	Peut ressentir les besoins et les désirs d'autrui ; peut canaliser l'énergie pour guérir	Assume la responsabilité des besoins, des désirs insatisfaits et de la guérison d'autrui	Empathie relationnelle : peut déterminer les besoins d'autrui et leur venir en aide, mais fait appel à l'assistance divine pour le reste
Cinquième	Compassion verbale (également appelée channeling, transmédiurnité, télépathie et clairsaudience)	Peut capter des données d'une autre personne ou d'un esprit, ainsi que des signaux, de la musique ou des sons	Ne peut séparer ses propres pensées de celles venant de l'extérieur ; peut être submergée par les esprits	Empathie verbale : contrôle l'entrée et la sortie des contacts reçus
Sixième	Compassion visuelle (également appelée clairvoyance, prédiction, précognition, utilisation de la « double vue », vision à distance, lecture de l'aura)	Perçoit des symboles, des visions, des images, des couleurs, avec les yeux ou le troisième œil	Ne contrôle pas le flux ou le type d'images ; le plus souvent négatif ; ne peut interpréter ce qui est réel	Empathie visuelle : recueil des révélations lorsque c'est nécessaire ; capable d'interpréter ; peut guérir autrui par ses visions
Septième	Compassion spirituelle (également appelée prophétie, et est un agent en intentionnalité, prière, méditation)	Peut percevoir le développement de la conscience, la mission, la destinée ou les guides spirituels d'autrui	Vulnérable aux attaques spirituelles ; trop influencée par le mal ou la négativité ; sentiment d'impuissance	Empathie spirituelle : parvient à accéder aux guides supérieurs pour s'aider et aider autrui ; utilise la prière, la méditation, l'intention à des fins curatives

Huitième	Compassion chamanique (un agent en voyages de l'âme, vision à distance, rétrocognition, projection, précognition, exorcisme ou communication avec les esprits, et travail avec des restrictions)	Voyage entre les mondes et les dimensions ; n'est pas limitée par le temps – passé, présent ou futur	Vulnérable aux entités et problèmes des autres mondes, aux personnes et à ses vies antérieures	Empathie chamanique : peut se connecter à d'autres mondes et dimensions et les visiter pour recueillir des informations ou de l'énergie curative, ou gérer des déplacements d'énergie ou d'entité
Neuvième	Compassion de l'âme	Peut dire ce qu'il se passe dans l'âme d'autrui	Assume les soucis de l'âme d'autrui ou les problèmes mondiaux	Empathie de l'âme : ressent les besoins de l'âme d'autrui ou les besoins mondiaux et définit comment créer de l'harmonie
Dixième	Compassion naturelle (un agent en guérison naturelle)	Se connecte aux éléments, aux êtres et aux énergies du monde naturel	Deviens victime des éléments naturels, des êtres et des énergies	Empathie naturelle : reçoit et peut partager des informations et des énergies curatives avec le monde naturel
Onzième	Compassion de la force	Sert de canal aux forces naturelles et énergétiques, comme le vent ou les êtres spirituels	Esclave de forces extérieures, la menant à une négativité extrême ou à un pouvoir incontrôlable	Empathie de la force : peut capter et choisir quelles forces utiliser, canaliser et diriger en vue d'un changement positif
Douzième	Prédispositions personnelles (facultés uniques et spéciales liées à un but spirituel particulier – semblables aux facultés siddhi abordées dans la cinquième partie)	Diffère d'une personne à l'autre, mais favorise l'utilisation directe de la personne psychique en vue d'un but supérieur (ex. : un professeur pourrait décider de « recueillir » des données psychiques lui permettant de dispenser un cours particulier ; le processus intuitif permet le contrôle du contenu, alors qu'il fait défaut à la personne psychique)	Diffère d'une personne à l'autre, mais correspond à un prolongement des traits de caractère (ex. : si un professeur a une mémoire aiguisée, cela sous-tendra la capacité psychique à « entendre » des données relatives au contenu ; ce processus sans filtre peut confronter le professeur à des données inexacts ou inutiles)	Diffère d'une personne à l'autre, mais aide dans tous les cas les autres à réaliser leur but spirituel (ex. : un professeur ne « capterait » que les informations psychiques qui rencontreraient les aspirations supérieures de ses étudiants)

Kinésiologie : perception des modifications du tonus musculaire et, sur cette base, décryptage des messages du corps.

Précognition : prédiction de l'avenir.

Projection : capacité à sonder, percevoir ou visiter d'autres réalités courantes.

Prophétie : capacité à voir ou à sentir ce qui pourrait se produire, si tout se déroule suivant un plan divin.

Radiesthésie : utilisation d'instruments, comme les pendules ou les baguettes de sourcier, pour transférer de l'énergie ou obtenir des informations.

Rétrocognition : connaissance du passé.

Techniques mentales : utilisation de substances psychotropes ou d'activités pour stimuler l'intuition, comme l'hypnose, la médecine sacrée, les aliments, la musique, les sons et les couleurs.

Techniques spirituelles : utilisation de la connexion avec le divin ou une réalité autre en vue de provoquer le changement, englobant le recours à la prière religieuse, l'intercession, la prière indirecte, la guérison à distance, la méditation et la contemplation.

Télépathie : lecture dans les pensées.

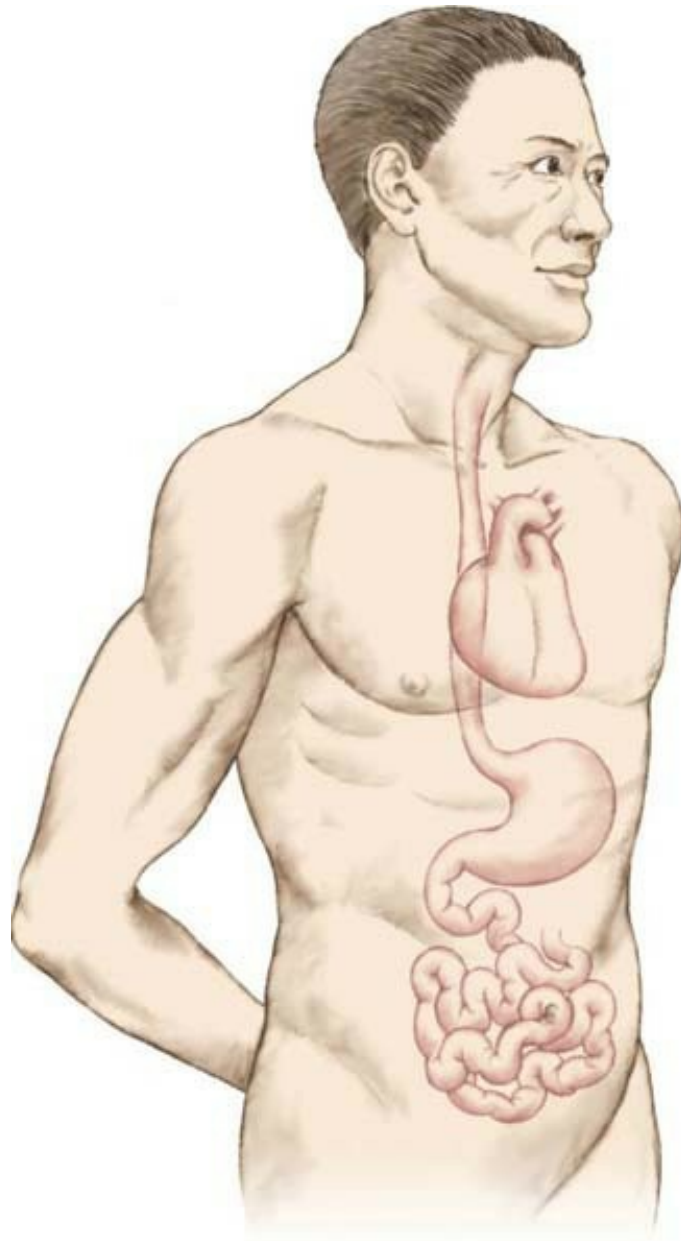
Travail chamanique : art de voyager énergétiquement entre les mondes et les dimensions en ayant pleinement accès à toutes les facultés intuitives, généralement dans un état second. Les facultés en question comprennent la *détection d'entités* et l'*exorcisme*; le recours à la *possession* (lien à une entité ou une partie d'elle) ou la *récession* (une partie de soi réside dans quelque chose ou quelqu'un d'autre) ; le *recouvrement d'âme* et sa *guérison* (l'âme ou une partie d'elle est absente du corps) en délivrant des personnes de leurs *nœuds énergétiques*, tels que les *cordes* (contrats énergétiques liant deux ou plusieurs personnes ou âmes), ou *cordes de vie* (liens entre deux ou plusieurs parties du moi) ; la *codépendance* (contrat énergétique qui ne profite qu'à un seul des membres) ; et les *sorts* (qui enchaînent une ou plusieurs personnes à des champs d'énergie négative).

Visualisation : *clairvoyance* ou perception d'images, d'esprits, de visions ou de couleurs ; lire l'*aura* (champ d'énergie entourant le corps) ; différentes façons de percevoir (ou de modeler) le futur ou le passé, dont la *prédiction*, la *précognition* et la *recognition* ; et la *vision à distance*, la capacité à percevoir ce qui se passe en dehors du moi, parfois à une très grande distance.

L'un des tout nouveaux termes dans le vocabulaire de la guérison énergétique est « intentionnalité ». Elle consiste en la projection de la conscience vers un résultat ou un objet voulu. À maints égards, elle représente la somme de toutes les facultés psychiques. Si vous vous fixez une intention positive et louable, vos capacités intuitives s'aligneront naturellement pour vous aider à la manifester.

Comme nous l'avons étudié, tout thérapeute est un thérapeute des énergies. Suivre un code éthique profite autant au thérapeute qu'au patient. Les thérapeutes des énergies subtiles recourent tellement

souvent à l'intuition qu'il est important d'ajouter un niveau supplémentaire d'éthique, qui s'inscrit dans la connaissance, l'application pratique et les limites. Des informations telles que celles couvertes dans ce chapitre peuvent servir de tremplin pour un examen plus approfondi.



L'ANATOMIE HUMAINE

Lorsque nous nous regardons dans un miroir, nous contemplons notre personne ou, du moins, notre aspect physique. Nous nous imaginons que cette forme est réelle ; après tout, il s'agit là de chair et de sang. Elle est composée de particules se déplaçant tellement lentement que nous pouvons les toucher, les voir, les entendre et les sentir. Et elle est faite de lumière invisible à nos yeux. Elle est réelle, bien qu'elle ne soit pas l'unique corps réel que chacun de nous possède, car au-dessous (et autour et dedans) réside notre corps subtil.

Pourquoi explorer le corps physique dans un ouvrage consacré à l'anatomie énergétique ? Bien plus encore, pourquoi l'aborder dans un livre qui met en lumière le corps subtil ?

Tout comme le corps subtil, le corps physique se compose d'énergies. Elles sont tout simplement plus lentes et de moindre intensité et vibration que ne le sont les énergies subtiles. Bien que les lois gouvernant les systèmes physique et subtil soient différentes, ces structures sont intimement liées et de façon élaborée. Il est donc important de les comprendre toutes deux.

Ainsi, en guise de prélude à notre étude de l'anatomie du corps subtil, cette section explore les principaux systèmes physiques du corps humain. Elle entend fournir de solides bases en matière de structures et processus anatomiques, ainsi que débiter notre enquête sur la nature énergétique du corps. Cet aperçu sera bref ; son propos n'est pas de se substituer à un cours détaillé d'anatomie⁴¹.

Le corps humain compte plus de cent mille milliards de cellules, les unités essentielles de la vie. Selon leur fonction, les cellules varient en taille, en forme et en composition et produisent de l'énergie pour toutes les activités de la vie.

Les cellules se divisent et se multiplient, ce qui explique la croissance et les transformations du corps humain. Les cellules aux fonctions similaires se rassemblent pour former un tissu.

Les tissus aux fonctions similaires constituent un organe. Des groupes de cellules spécialisées assurent différentes fonctions corporelles. Nous trouvons, parmi celles-ci, les globules rouges, les macrophages, les neurones, les cellules musculaires et les cellules de la peau. Une cellule est en elle-même constituée de protoplasme, une substance vivante composée à 70 % d'eau, entourée d'une membrane cellulaire abritant un noyau.

LES CELLULES, COMPOSANTES ESSENTIELLES

Maintes cellules possèdent une membrane extérieure au sein de laquelle se nichent de multiples petites structures (organites) dans une substance gélatineuse connue sous le nom de cytoplasme.

Les sous-structures cellulaires les plus importantes comprennent :

La mitochondrie : rend possible la production d'énergie ; siège de la respiration aérobie, où est produite l'ATP (acide adénosine triphosphorique) ;

Le noyau : petite masse, généralement de forme sphérique ou ovale, que renferme le protoplasme et qui contrôle le fonctionnement de la cellule. Il contient des informations génétiques sous la forme de l'ADN (acide désoxyribonucléique) ;

Le nucléole : fabrique les protéines nécessaires à la division cellulaire ; enveloppé par la membrane nucléaire et relié au réticulum endoplasmique ;

Le réticulum endoplasmique : système de canaux situé entre le noyau et la membrane cellulaire, intervenant également dans la fabrication de protéines.

UNE CELLULE EST UNE USINE

Le métabolisme cellulaire dépend d'un apport constant de matières premières et de l'élimination de substances finies et de déchets via la circulation sanguine. L'activité cellulaire est contrôlée par le noyau et entretenue par des réserves d'énergie. Chaque cellule ressemble à une usine comprenant

trois étapes de production : matières premières, fabrication et évacuation.

Matières premières : selon la fonction de la cellule, seules certaines substances sont autorisées à traverser sa membrane. Chaque type de cellule requiert différentes substances obtenues par le système circulatoire du corps : hydrates de carbone, graisses, acides aminés et divers sels.

Fabrication : ce processus a lieu à la surface du réticulum endoplasmique que l'on trouve dans le cytoplasme (la paroi cellulaire). Les enzymes et les hormones constituent des exemples de produits finis.

Élimination : le produit final et les déchets traversent la paroi cellulaire dans le liquide inter-stitial, puis dans le sang en vue d'être acheminés et évacués.

LES MITOCHONDRIES ET LA CELLULE ÉLECTROMAGNÉTIQUE⁴²

Les mitochondries produisent l'énergie physique pour nos cellules. Elles interviennent également dans la formation d'énergies subtiles, comme cela a été constaté dans des recherches sur les méridiens, structures d'énergie subtile dont nous parlerons dans la quatrième partie.

Seuls 50 % de l'énergie cellulaire nous sont fournis par le corps en vue de son utilisation ; le reste est sollicité pour la maintenance cellulaire. Chaque cellule peut être comparée à une pile, chargée positivement à l'extérieur de la paroi et négativement à l'intérieur de celle-ci. Ainsi donc, chaque cellule génère sa propre activité électrique et son propre champ magnétique. Une cellule saine possède une charge électrique d'environ 70 millivolts, volts servant comme mesure du potentiel électrique.

Lorsque le corps est malade ou sous-alimenté, la charge d'une membrane cellulaire diminue à environ 30 millivolts, ce qui est insuffisant pour le transport de nutriments dans la cellule. Le métabolisme physique ralentit et les cellules meurent. L'activité électrique générale du corps physique décroît également.

De l'électricité est produite chaque fois que nos muscles bougent, que notre sang coule, que notre lymphocyte circule, lorsque nous pensons et fournissons un effort. Un métabolisme réduit l'activité à tous les niveaux, en atténuant les champs électriques et magnétiques du corps. Le corps devient davantage sujet aux maladies, aux troubles de l'humeur et au vieillissement. Les cellules mortes se multiplient, mais à plus faible échelle si les mitochondries, fournisseurs d'énergie de la cellule, sont capables de générer assez d'énergie pour la division cellulaire et les tâches métaboliques – ainsi que l'activité électrique.

L'activité électromagnétique du corps dépend en partie des processus ioniques dont nous avons parlé dans la première partie. Les mitochondries participent au processus de la vie en stockant du calcium, qui contribue aux échanges ioniques de matières et de signaux, ainsi qu'à d'autres tâches⁴³. À travers leurs propres activités électromagnétiques, les mitochondries entreprennent la libération des neurotransmetteurs dans les cellules nerveuses et des hormones dans les glandes endocrines.

LES MITOCHONDRIES ET LES MICRO-COURANTS⁴⁴

Une des façons de concevoir les actions des mitochondries est de les considérer comme faisant partie du micro-circuit du corps. Un micro-courant est un courant d'électricité que l'on mesure en microampère, un millionième d'ampère.

Comme Kenneth Morgareidge, PhD, consultant en physiologie, l'écrit, l'utilisation de micro-

courants a permis la guérison de tissus conjonctifs, dont des tendons et des ligaments. Nous pouvons concevoir le corps lui-même comme une pile qui produit ses propres micro-courants.

Les micro-courants ont été rattachés aux sièges de lésion ou « courants de lésion ». Le Dr Robert Becker a passé des années à suivre la trace des courants électriques associés à la capacité que possède un animal à régénérer ses membres. Plus le courant est fort, plus la régénération est complète. Cette étude et d'autres ont conduit maints chercheurs à concevoir le corps comme un générateur de courant continu de bas niveau – autrement dit une pile. Les nerfs transmettent ces courants, mais les cellules gliales (décrites plus loin dans cette section) sont des transmetteurs plus actifs. Des recherches menées par Björn Nordenström, abordées dans la quatrième partie de ce livre, mettent également en évidence un système électrique secondaire reliant le tissu conjonctif, le système vasculaire et les méridiens.

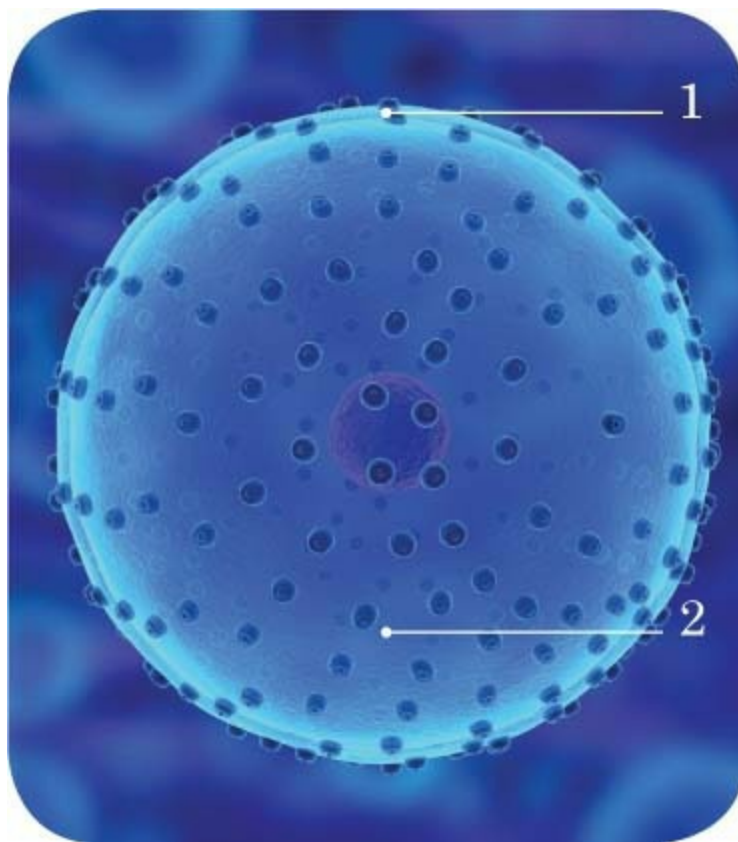


FIGURE 2.1
UNE CELLULE HUMAINE

- 1. Chargée positivement (paroi extérieure)
- 2. Chargée négativement (cavité intérieure)

Le Dr Morgareidge suggère qu'il est possible que les méridiens établissent réellement le modèle de ce micro-circuit quand l'embryon se développe. Cela suggère qu'ils continuent à gérer le processus électromagnétique tout au long de la vie. En fait, les champs électromagnétiques générés par le processus du micro-circuit peuvent eux-mêmes élaborer le plan selon lequel sont structurés le corps et ses cellules. L'ionisation est un processus crucial pour la transmission des courants électriques à travers le corps et au sein des cellules.

Le Dr Morgareidge considère que le rôle des mitochondries est fondamental dans ce processus de modélisation. Dans la mitochondrie résident les cytochromes, des enzymes spéciales qui déplacent

des ions d'hydrogène à travers les membranes de la mitochondrie, déclenchant la création d'ATP (voir le chapitre 15, « Le métabolisme »). La concentration de ces ions et d'ATP amorce pratiquement chaque processus cellulaire. Intervenant également dans le processus d'ionisation du calcium, les mitochondries fournissent une aide essentielle en transformant l'électricité en action – et éventuellement en permettant aux méridiens d'interagir avec le corps via son micro-circuit.

L'acide désoxyribonucléique ou ADN constitue le code de la vie, puisqu'il héberge notre information génétique personnelle dans le noyau de chaque cellule sous forme de chromosomes, qui sont tout simplement de longs fils de molécules d'ADN⁴⁵. Chaque molécule d'ADN renferme de nombreux gènes, qui gèrent l'élaboration et l'entretien du corps humain.

Bien que microscopique, la molécule d'ADN est l'une des molécules les plus largement connues. Elle se présente sous la forme d'une double hélice, ressemblant à une échelle torsadée. L'ADN est une substance extrêmement complexe formée par une chaîne d'unités chimiques appelées les nucléotides. Chaque unité nucléotide contient du sucre, du phosphate et l'un des quatre genres de composés nitrogéniques que l'on appelle les bases. Le sucre et le phosphate constituent les montants de l'échelle et les bases se lient au milieu pour former les barreaux de l'échelle dans une double hélice.

Les quatre bases sont l'adénine, la cytosine, la guanine et la thymine (A, C, G et T). Chaque barreau se compose de deux bases. La compatibilité des bases limite les combinaisons possibles à A-T, T-A, C-G ou G-C, avec les bases dessinant différents motifs le long de l'échelle. La combinaison de trois bases forme un codon qui rentre dans l'élaboration de l'acide aminé d'une protéine.

L'ordre particulier des bases organisées le long de l'ossature sucre/phosphate est appelé la séquence d'ADN. La séquence détermine avec exactitude les instructions génétiques requises pour créer un organisme particulier aux caractéristiques qui lui sont propres.

LES EMPREINTES DU CORPS

On peut comparer l'ADN à une empreinte digitale : elle est unique à chaque personne. Les gènes se trouvant au sein de chaque molécule d'ADN détiennent l'information pour créer des protéines, substances chimiques qui permettent au corps de fonctionner et de se développer. En inscrivant de l'information sur un acide ribonucléique messager (ARNm) à destination des ribosomes dans la cellule, l'ADN détermine quelles protéines fabrique la cellule. La séquence d'acides aminés produite est directement mise en corrélation avec une séquence de bases spécifique dans l'ADN.

Avant qu'une cellule ne se divise, l'ADN se dédouble pour que les deux nouvelles cellules présentent des molécules d'ADN identiques. Il faut une combinaison d'environ 500 gènes sur chacun des 46 chromosomes pour véhiculer suffisamment d'instructions pour toutes les activités dans le corps, de la morphologie aux instincts héréditaires, de la couleur et la taille de nos yeux à la vitesse de nos réactions.

À l'exception du sperme et des ovules, qui ne comptent que 23 chromosomes, le noyau de chaque

cellule dans le corps humain contient 46 chromosomes, disposés en 23 paires.

Chaque parent possède un ensemble complet de 46 chromosomes, mais chacun d'eux n'en transmet que 23 à son enfant. Les frères et sœurs, par exemple, diffèrent parce que chacun « hérite » d'un ensemble différent de 23 chromosomes de chaque parent. Seuls les vrais jumeaux reçoivent de chaque parent le même ensemble de 23 chromosomes après qu'un seul ovule fécondé se divise en deux œufs identiques.

LES CELLULES SOUCHES : HÉRITAGE PERPÉTUEL

Les thérapeutes affirment qu'il est difficile de rompre le « lien maternel » entre une mère et son enfant, mais des recherches émettent l'hypothèse que ce lien est plus profondément ancré, dure plus longtemps et peut s'avérer plus dangereux ou bénéfique qu'on ne le pensait précédemment. Et cela parce que le lien n'est pas seulement biologique, il est aussi cellulaire. La connexion cellulaire suggère également la présence de liens d'énergie subtile.

Cette connexion débute à la conception, avec les mitochondries. Les mitochondries, les générateurs d'énergie intracellulaire dans chaque cellule, sont uniquement transmises par l'ovule maternel. Les mitochondries du père, contenues dans le sperme, pénètrent l'ovule, mais ne contribuent pas à l'information génétique⁴⁶.

Chaque personne hérite de milliers de générations d'ADN mitochondrial par sa mère⁴⁷. Ce fait a conduit maints anthropologues à suggérer que nous descendons tous de l'« Ève mitochondriale » ou « Ève africaine », Africaine censée avoir vécu il y a 140 000 ans. Selon cette hypothèse, tout être humain partage les mêmes mitochondries que cette mère originelle. Les chromosomes Y, véhiculés par le sperme, ne sont transmis que par le père ; chacun de nous renferme une génétique provenant uniquement du père⁴⁸.

Depuis un certain temps, les scientifiques reconnaissent que les cellules de la mère, transmises à l'enfant pendant la grossesse, peuvent demeurer dans son corps pendant des décennies, voire une vie entière. Certaines de ces cellules ont à présent un rôle à jouer dans les dysfonctionnements auto-immuns, dont le lupus ou la polyarthrite rhumatoïde, ainsi que dans la capacité du corps à prévenir ou à se remettre de certains états.

J. Lee Nelson et d'autres chercheurs de l'Université de Washington à Seattle ont établi que certaines de ces cellules maternelles pouvaient être la cible d'attaques d'anticorps, menant à des troubles auto-immuns. Normalement, le système immunitaire n'attaque que des envahisseurs étrangers, mais dans le cas de troubles auto-immuns, les anticorps combattent les cellules saines du corps. On appelle ce processus le microchimérisme, et il s'applique à la présence de cellules de la mère dans son enfant et aux cellules du fœtus qui subsistent dans le corps de la mère. Il est apparu que le microchimérisme influe sur des douzaines de tissus, dont la plupart des organes essentiels⁴⁹.

Des études ont également montré, par ailleurs, que des cellules transmises par la mère à l'enfant durant la grossesse peuvent se développer en cellules pancréatiques produisant de l'insuline chez l'enfant, ce qui suggère un possible effet curatif de certaines de ces cellules maternelles subsistantes, prévenant ou soulageant éventuellement les effets du diabète⁵⁰.

Du point de vue de l'énergie subtile, la présence durable de cellules souches ainsi que l'héritage de l'ADN maternel mitochondrial invitent à un débat plus approfondi sur l'épigénétique (abordée dans cette section), les champs morphogénétiques et les miasmes (tous deux évoqués plus loin dans ce livre). L'épigénétique suggère que des événements sociaux et émotionnels peuvent être chimiquement programmés dans des substances qui ne sont pas liées à l'ADN, mais qui influencent en retour son activité. Ces événements se transmettent de génération en génération.

L'ÉPIGÉNÉTIQUE : AU-DELÀ DE L'ADN⁵¹

Depuis des décennies, les scientifiques supposent que l'ADN est l'initiateur essentiel des caractéristiques physiques et même mentales et émotionnelles. Aujourd'hui, il semble qu'il existe une « énergie derrière l'énergie » de l'ADN qui active ou désactive les gènes, influençant grandement ce que chaque individu est – et deviendra.

L'*épigénétique* est l'étude des *épigénomes*, des substances chimiques et interrupteurs qui transmettent des instructions aux gènes. Vous possédez le même ADN dans vos orteils que dans votre cerveau, mais quelque chose, à différents endroits, indique aux gènes comment et quand agir. Quelque

chose incite également certains gènes à détruire – ou non – des cancers ou à provoquer la formation de plaques – ou non. Ce « quelque chose » pourrait bien être les épigénomes, composés de substances, dont des protéines et des molécules de méthyle.

Les épigénomes jouxtent la double hélice. Ils répondent aux altérations de l'environnement et « inversent » ensuite l'ADN. Les modifications épigénétiques se produisent souvent au cours de la transcription de l'ADN, lorsqu'il est copié. L'exemple ci-après fait intervenir les *histones*, des protéines qui renferment certains codes. L'ADN s'enroule autour de ces épigénomes. Fumez-vous ou buvez-vous trop ? Les histones connaissent tous vos secrets. Ils « mouchardent » sur vos actions lorsque l'ADN se duplique. Par exemple, ils pourront éventuellement ordonner à vos gènes qui vous préservent du cancer de garder le silence et à vos gènes qui le provoquent d'ouvrir la bouche. Des comportements tels que fumer, manger et boire influent sur les épigénomes, mais il en va de même des facteurs émotionnels, comme l'a montré une étude du chercheur Michael Meaney.

Meaney, biologiste à l'Université McGill, a analysé les cerveaux d'adultes nés avec un poids faible. Ceux qui ont manqué d'affection de la part de leur mère présentent un plus petit hippocampe, l'un des organes cérébraux responsables de la mémoire. Ceux qui, en revanche, ont entretenu une relation plus tendre avec leur mère, présentaient des hippocampes de taille normale. Dans cette étude et celles qui lui sont associées, Meaney et d'autres ont constaté des différences correspondantes dans les modèles de méthylation de l'ADN (le groupe méthyle est un ensemble d'atomes qui, par des signaux chimiques, déclenchent l'activité des gènes). En d'autres termes, un manque d'affection « désactive » les gènes favorisant l'hippocampe, tandis que l'amour « active » ces gènes de croissance.

On pensait autrefois que chacun de nous arrivait déjà formé à l'âge adulte, notre ADN verrouillé, mais ce n'est pas le cas. Des études montrent que notre environnement continue à coder les épigénomes et, par conséquent, à modifier notre ADN. En outre, il a été prouvé que les décisions encodées dans les épigénomes peuvent être transmises d'une génération à l'autre – sans doute sur plusieurs générations. Ce qui a influencé votre grand-mère peut encore vous affecter. Ce que vous accomplissez sera transmis à vos arrière-petits-enfants.

Malheureusement, ce qui semble une bonne chose pour une génération ne portera pas les mêmes fruits pour la suivante. Marcus Pembrey, un généticien clinique à l'Institute of Child Health à Londres, a mis en évidence les données de deux siècles d'archives sur un village isolé de Suède. Les grands-pères qui s'étaient goinfrés durant leur jeunesse avaient plus de chance d'hériter de petits-fils diabétiques – leur laissant un héritage qui doublait leur risque de mourir prématurément. Ces effets étaient spécifiques au sexe. Une expérience vécue dans la jeunesse de la grand-mère était transmise à sa descendance féminine.

Tout comme nous cherchons les fondements énergétiques de la réalité, nous devons continuer à explorer le corps pour ses fondements énergétiques. Un scientifique des énergies subtiles approfondirait le débat sur l'épigénétique, affirmant que les champs, les canaux et les corps d'énergie subtile fournissent de l'information aux épigénomes. En définitive, des recherches ultérieures sur les effets des énergies à la fois dans l'ADN et les épigénomes pourraient élaborer l'image de la réalité que nous attendons tous.

L'ADN EN TANT QUE LUMIÈRE

Des études menées par Fritz-Albert Popp et d'autres chercheurs impressionnent la communauté scientifique par leur nouvelle compréhension de l'ADN : l'ADN en tant que lumière.

Popp a démontré que l'ADN n'agit pas seulement chimiquement, théorie de longue date, mais aussi au-delà. Il est essentiellement un centre de stockage de la lumière et une source d'émission de biophotons⁵².

Les photons composent le spectre électromagnétique. Ils exécutent les processus du corps. À des fréquences différentes, les photons produisent différents effets. Popp et d'autres soutiennent l'idée que le corps est en réalité enveloppé d'un champ de lumière et que l'ADN répond et interagit avec les diverses fréquences électromagnétiques que l'on trouve dans ce champ⁵³ (nous reviendrons sur ce concept plusieurs fois dans ce livre, parce que chaque structure d'énergie subtile est étroitement liée à la lumière, intérieurement et extérieurement).





FIGURE 2.2

A et B

LA NÉBULEUSE EN FORME D'ADN

Cette nébuleuse d'une longueur de 80 annéeslumière, découverte près du centre galactique de la voie lactée en 2006, présente la forme d'une double hélice d'ADN.

Le corps physique et son ADN s'appuient sur la lumière pour demeurer en bonne santé ; certains types de lumière entraînent des problèmes quand d'autres se montrent bénéfiques – et même curatifs. Le Dr Joan Smith-Sonneborn, de l'Université du Wyoming, a exposé des paramécies à des rayons ultraviolets lointains, ce qui a endommagé l'ADN et réduit la durée de vie des cellules. Quand ces organismes atteints ont été exposés à des rayons ultraviolets proches (qui se rapprochent davantage de la lumière visible), l'altération s'en est trouvée réparée et le vieillissement inversé⁵⁴.

Comment la lumière extérieure nous atteint-elle et nous affecte-t-elle ? Les chercheurs David A. Jernigan et Samantha Joseph ont étudié les photons et découvert qu'ils agissaient comme des ondes et des particules et pénétraient le corps principalement par les yeux⁵⁵. L'œil traduit la lumière en impulsions électrochimiques pour que le cerveau puisse l'interpréter ; la lumière évolue dans la matrice cristalline du corps ou réseau de « fibres optiques ». En se déplaçant des bâtonnets et des cônes vers un autre ensemble de cellules, appelées les *cellules de Muller*, la lumière gagne la matrice cristalline du corps pour accéder à chaque partie de ce dernier.

Cette matrice cristalline est étroitement liée aux champs quantiques des photons qui pulsent dans le corps. Ces biophotons agissent sur la totalité du spectre électromagnétique, en transférant de l'information à travers chacune de ses couches. Les mouvements sont facilités par la polarisation électromagnétique de l'ADN, qui intervient comme un guide dans le traitement de l'information optique. Les énergies électromagnétiques et biophotoniques peuvent être soit cohérentes ou incohérentes.

Cette cohérence est, au moins en partie, soumise à notre contrôle. Des études ont montré que

nourrir des pensées positives dans notre cœur créait de la cohérence entre les émissions électromagnétiques et celles des biophotons, qui modifiait ensuite notre ADN pour que notre corps se porte mieux. Autrement dit, on peut maîtriser en partie l'ADN par ses pensées. Les champs de pensée, champs-T, seront abordés dans la troisième partie.

LE SYSTÈME SQUELETTIQUE

Le système squelettique d'un adulte comprend environ 206 os. Les os soutiennent le corps, protègent les organes internes et créent du mouvement conjointement avec les muscles. Les os servent également de point de fixation aux muscles et produisent des globules rouges pour le système circulatoire. Gérés par le système endocrinien, les os stockent enfin le calcium et le phosphore nécessaires au corps.

Le squelette comprend deux parties principales : le squelette axial et le squelette appendiculaire. Le squelette axial se compose du crâne, de la colonne vertébrale et de la cage thoracique. Le squelette appendiculaire abrite les membres inférieurs et supérieurs, ainsi que les ceintures scapulaire et pelvienne.

Les os sont composés d'eau, de minéraux et de la matrice cellulaire qui les relie. Ils sont revêtus du périoste, résistant et fibreux, dans lequel sont insérés les muscles et les tendons. Les os sont durs et rigides à l'extérieur et plus légers et plus mous à l'intérieur. La dureté de l'os provient de sels minéraux, principalement du phosphate de calcium, et sa solidité lui vient du collagène, protéine fibreuse qui élabore également le tissu conjonctif.

LA CRÉATION DE L'OS

Les bébés naissent avec plus de 300 os. Leur nombre diminue avec les années via un processus appelé l'ossification, un renforcement du cartilage lors duquel les os et le cartilage fusionnent en de plus larges unités, créant des os plus épais, mais en nombre réduit.

Quand les os débutent leur croissance, ils sont pleins. Ils développent ensuite des centres creux, qui réduisent légèrement la résistance des os, tout en diminuant leur poids pour faciliter le mouvement du muscle. Les centres creux de l'os renferment la moelle, matière fabriquant les cellules sanguines.

Les os sont constitués de cartilage, tissu élastique qui rentre également dans la composition des disques intervertébraux et des ligaments, à l'exception de la clavicule et de certaines parties du crâne, qui s'ossifient directement à partir d'un tissu membranaire. Les cellules de formation de l'os, appelées les *ostéoblastes*, déposent une matrice de fibres de collagène sur le tendon, la membrane et le cartilage. Quand la matrice est posée, elle est calcifiée par le calcium véhiculé dans le sang. Les hormones et le régime alimentaire régissent ce processus.

LES OS : UNE GLANDE ENDOCRINE⁵⁶

Les os sont plus fortement reliés au système endocrinien que nous ne le pensions auparavant. Une étude récente, publiée dans la revue scientifique *Cell*, révèle un rapport clair entre l'ostéocalcine,

une hormone dépendante de la vitamine K, et la régulation de l'insuline. En utilisant des souris génétiquement modifiées, des chercheurs ont découvert que l'ostéocalcine, sécrétée par les ostéoblastes (cellules de formation des os), est capable de stimuler la sécrétion de l'insuline et d'améliorer la sensibilité à cette dernière – l'une des fonctions de certaines glandes endocrines.

Les conclusions ont indiqué que le squelette aide à réguler le métabolisme énergétique de manière rétroactive. Il exerce apparemment une régulation endocrine de l'homéostasie glycémique. Enfin, les conclusions reconnaissent le squelette comme un organe endocrinien qui contrôle le métabolisme énergétique, avec d'importantes conséquences sur le traitement de l'obésité et des diabètes.

LE SYSTÈME MUSCULAIRE

Le corps humain compte environ 700 muscles⁵⁷. Les muscles permettent le mouvement des os. Derrière les activités corporelles se cachent des mécanismes complexes qui transforment même la plus simple des actions, comme celle de pointer du doigt, en une opération concernant le cerveau, les nerfs et les organes sensitifs.

Le système musculaire comprend trois types de muscles :

Le muscle squelettique : également appelés *muscles striés*, ces muscles se contractent volontairement. Ils représentent une quantité non négligeable de la masse du corps, dont la plupart sont reliés au squelette par des tissus appelés *tendons*. Ils aident au mouvement des divers os et cartilages du squelette, contour physique, et sont responsables des actes réflexes ;

Le muscle lisse : ces muscles, que l'on trouve dans des organes comme l'estomac, les poumons, les reins et la peau, se contractent spontanément. Ces muscles involontaires, soumis au contrôle du système nerveux autonome, assistent le corps dans ses fonctions quotidiennes telles la digestion, la respiration et l'élimination des déchets ;

Le muscle cardiaque : ce muscle, que l'on ne trouve que dans le cœur, ne se fatigue jamais. Il travaille constamment à pomper le sang depuis et vers le cœur. Le muscle cardiaque est activé par les impulsions électriques de son propre stimulateur, le nœud sinusal, qui se propagent dans tout le cœur. Le cœur renferme également des muscles lisses, mais ses fonctions sont principalement gérées par le muscle cardiaque.

Les muscles sont constitués de paquets de fibres connus sous le nom de fascicules. Chaque fibre est une cellule oblongue contenant des myofibrilles, structures tubulaires formées d'épais myofilaments, qui renferment de la myosine, et de fins myofilaments, constitués d'actine, de troponine et de tropomyosine. Lorsqu'ils sont stimulés par les impulsions du système nerveux, les myofilaments glissent les uns sur les autres, en provoquant une réaction chimique quand ils se rencontrent et s'emboîtent. En définitive, cette réaction chimique entraîne une contraction musculaire.

LE TISSU CONJONCTIF CRISTALLIN

LES RECHERCHES RÉVÈLENT que le corps est constitué de structures spécifiques de cristaux liquides moléculaires. Ces structures vivantes peuvent créer, transmettre et recueillir des biophotons pour faciliter la communication entre les tissus et les molécules. Cette communication repose également sur un champ quantique de biophotons. Ces deux processus

– cristallin et quantique – interagissent pour diffuser les informations dans le corps⁵⁸.

Cette matrice cristalline est essentielle à la santé, car elle relie étroitement le moi d'une personne à son environnement. La lumière voyage à travers la matrice cristalline du corps vers l'ADN, qui produit ensuite des « bio-hologrammes » élaborant le corps⁵⁹. La matrice de lumière la plus conductrice est le tissu conjonctif, l'organe le plus grand du corps. Le tissu conjonctif est constitué de cristaux en formation ; les molécules de collagène qui recouvrent les organes sont des cristaux liquides et les autres tissus plus fermes sont considérés comme des cristaux solides. Les molécules de collagène sont intéressantes également du fait qu'elles sont des semi-conducteurs, capables de transmettre de l'électricité et de l'information. Le tissu conjonctif peut dès lors traiter l'information comme les puces semi-conductrices de votre ordinateur⁶⁰. De nombreux chercheurs suggèrent que les méridiens fonctionnent à partir du tissu conjonctif, comme nous l'étudierons en profondeur dans la quatrième partie. Nous verrons que les méridiens possèdent une résistance électrique plus faible comparé à la peau qui les enveloppe. Stimulés, les points des méridiens entraînent la production d'endorphines et de cortisol (les autres points ne provoquent pas cet effet). Le tissu conjonctif est par conséquent considéré comme l'un des acteurs principaux de l'anatomie des énergies subtiles, en reliant étroitement le biophoton et le quantum – ou le subtil – au physique.

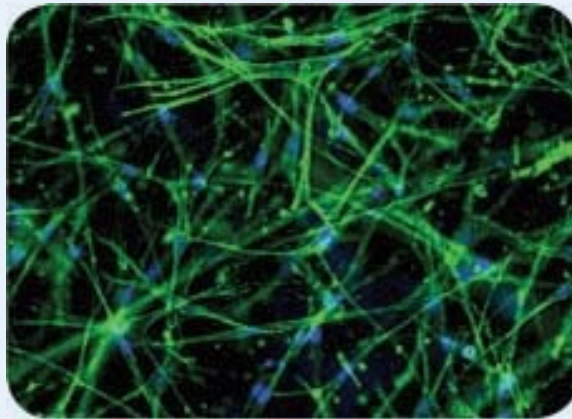


FIGURE 2.3
CELLULES FASCIALES

Une photo prise par un microscope à fluorescence de cellules d'un tissu fascial, colorée pour mettre en évidence le noyau (en bleu) et la structure filamenteuse (en vert).

Toutes nos cellules musculaires sont totalement formées après la première année de vie. Blessés, les muscles peuvent se rétablir d'eux-mêmes avec des soins et une alimentation adaptés. À partir de la trentième année, une diminution de l'activité physique entraîne le remplacement du tissu musculaire par de la graisse.

LE SYSTÈME FASCIAL COMME SOUTIEN

Les tissus conjonctifs isolent le corps et les organes et véhiculent les nutriments et l'énergie à travers le corps. Les tendons et les ligaments sont les tissus conjonctifs les plus résistants du corps et sont considérés comme faisant partie du fascia profond du corps. Le fascia est le composant tissulaire fibreux du système tissulaire conjonctif qui s'étend de la tête aux pieds, enveloppant les muscles, les os, les organes, les nerfs, les vaisseaux sanguins et autres structures. Il est responsable du maintien de l'intégrité structurelle et offre soutien et protection. Il sert également d'amortisseur des chocs.

La plupart des muscles sont reliés aux os par des tendons, qui transfèrent les forces générées par le muscle à l'os auquel il se rattache. En plus de fixer les muscles à l'os, les tendons rattachent également les muscles à des structures, telles que le globe oculaire. Lorsque le tendon entre en contact avec l'os, ses fibres s'insèrent progressivement dans l'os. Les gaines du tendon, avec le liquide synovial, aident le tendon à effectuer des mouvements en douceur et à le protéger des

frictions.

LES VOIES SONORES⁶¹

Le son, l'une des énergies mécaniques de base, est présent partout et sert de mécanisme thérapeutique, comme nous le verrons dans ce livre. Cela est dû à son universalité, à la fois physique et subtile.

Chaque partie du corps, des cellules aux orteils, est en mouvement. Un mouvement produit du son. Les ondes et champs sonores qui en résultent aident à réguler plus de 50 % des processus biologiques du corps. On y parvient par l'interaction ligand/récepteur abordée dans « Le côté biochimique des émotions » à la page 60. Ces interactions se produisent à chaque surface cellulaire à des fréquences sonores entre 20 et 20 000 Hz, l'étendue de l'audition humaine. Il existe, par ailleurs, dans le corps, des voies sonores particulières qui véhiculent le son d'une région à l'autre.

Le son pénètre le corps par les os crâniens et l'appareil auditif et voyage via le tissu conjonctif. Il utilise l'eau pour se déplacer verticalement dans le corps à une vitesse approximative de 1 500 mètres par seconde. Ce transfert ralentit ou s'interrompt lorsque le tissu conjonctif est trop fin, rigide ou sec – des problèmes souvent causés par des expériences émotionnelles inabouties. Lors d'une expérience émotionnelle aboutie, la personne doit faire face à un événement et y réagit émotionnellement, par exemple par la tristesse ou la peur. Ces émotions entraînent au départ des perturbations dans le corps, comme de la tension ou des crampes. Mais si on lui permet de vivre et d'exprimer pleinement ces sensations, le corps de la personne se libère et retrouve son équilibre. Si la personne est incapable d'exprimer ce qu'elle ressent ou d'accueillir le réconfort ou l'acceptation qui convient, le corps demeurera tendu et le tissu, en particulier le tissu conjonctif, se bloquera. Le son ne peut circuler aussi facilement à travers un tissu rigide. Il peut toutefois stimuler les émotions bloquées et accéder aux souvenirs ou ressentis d'origine.

Les ligaments relient les os les uns aux autres et maintiennent les structures ensemble, en leur conférant de la stabilité et en permettant leur mouvement dans les limites normales. Sans eux, les os se déboîteraient. Le tissu conjonctif ligamentaire se compose principalement d'une protéine blanche, le collagène, et d'élastine, protéine élastique. Des cellules particulières appelées les *fibroblastes* créent de nouvelles fibres de collagène et réparent celles qui sont endommagées. On trouve, à l'intérieur des paquets de fibres, un tissu spongieux qui abrite les vaisseaux sanguins et lymphatiques, en prévoyant de l'espace pour que les nerfs puissent passer.

Outre les tendons et les ligaments, le fascia – tissu conjonctif mou – est de par son élasticité particulièrement propice à la manipulation et à l'étirement, technique courante de traitement.

LE SYSTÈME NERVEUX

Un nerf est un paquet de fibres motrices et sensorielles, souvent reliées au tissu conjonctif et aux vaisseaux sanguins. Le système nerveux interprète l'information reçue du monde extérieur et des organes internes, et déclenche les réponses appropriées. Il est essentiel à la perception sensorielle, ainsi qu'au contrôle des mouvements et à la régulation des fonctions corporelles, telles que la respiration. Le système nerveux est probablement le réseau le plus important et complexe du corps, essentiel au développement du langage, de la pensée et de la mémoire.

En tant que corps cellulaires, les nerfs s'échangent des « bâtonnets » chimiques – neurotransmetteurs tels que la noradrénaline et la sérotonine – dans les synapses (fentes qui doivent être traversées par des ions), qui transmettent des messages et des instructions au corps au cours d'une traduction constante d'informations chimiques et électriques. Cette transmission se produit aux intersections des nerfs, là où leurs extrémités opposées sont reliées les unes aux autres. Le besoin de traduction permet au corps de filtrer et de recueillir l'information au lieu de tout simplement réagir aux stimuli. Il est particulièrement important de comprendre les nerfs dans leur rapport avec l'anatomie énergétique humaine ; toutes les parties de la structure subtile communiquent physiquement via le système nerveux. Et le système subtil repose souvent sur l'activité électrique et les champs magnétiques générés par les nerfs pour agir dans la réalité physique.

LES COUCHES COMPLEXES

Le vaste système nerveux se partage en deux régions clés : le système nerveux central (SNC), comprenant le cerveau et la moelle épinière, et le système nerveux périphérique – le reste des nerfs parcourant le corps.

Le système nerveux central : le cerveau et la moelle épinière contrôlent en définitive le tissu nerveux parcourant le corps, en lui servant d'unité centrale. La colonne vertébrale communique les messages des organes et des tissus au cerveau, qui les code à son tour, avant de les renvoyer via la colonne vertébrale.

Le système nerveux périphérique : les nerfs périphériques amorcent et perçoivent les changements à l'intérieur et à l'extérieur du corps. Ce système dessert les membres et les organes et relie le SNC à toutes les autres parties du corps et aux ganglions, groupes de cellules nerveuses situés à différents points du système nerveux. Le système nerveux périphérique comporte deux subdivisions principales : le système nerveux somatique, qui est soumis au contrôle volontaire, et le système autonome, sous contrôle involontaire.

LE SYSTÈME NERVEUX SOMATIQUE

Ce système joue deux rôles. Premièrement, il recueille les informations sur le monde extérieur par les organes sensoriels, comme le nez. Les signaux provenant de ces récepteurs sont ensuite véhiculés vers le SNC par des fibres nerveuses sensorielles. Deuxièmement, il transmet des signaux aux muscles squelettiques via les fibres moteurs du SNC, ce qui déclenche un mouvement.

LE SYSTÈME NERVEUX AUTONOME

La fonction principale de ce système est de réguler différentes fonctions automatiques du corps, comme le rythme cardiaque et la production de sucs gastriques. Ce système est entièrement composé de nerfs moteurs qui relayent les messages de la colonne vertébrale aux différents muscles. Le système autonome est soumis au contrôle de l'hypothalamus, une région du cerveau qui reçoit des informations sur des variations dans la composition chimique du corps et adapte le système autonome pour assurer l'équilibre.

Le système autonome est également divisé en deux parties : les systèmes sympathique et parasympathique. Chacun d'eux utilise un transmetteur chimique différent et agit de manière distincte. Par exemple, au niveau des voies aériennes bronchiques, les nerfs parasympathiques entraînent la constriction tandis que les nerfs sympathiques élargissent le passage.

L'ENCÉPHALE⁶²

L'encéphale est un chien de garde surveillant notre vie 24h/24 et 7j/7. Il gère et administre constamment nos systèmes et fonctions corporels, assure une efficacité maximale, anticipe les problèmes potentiels et reconnaît et neutralise les dangers réels, les lésions et les blessures.

L'encéphale est le centre d'activité du système nerveux. C'est là que les signaux nerveux envoyés par le corps sont reçus, traités et exécutés par des réponses adéquates. En tant que centre de surveillance des activités sensorielles et motrices, l'encéphale contrôle la pensée, la mémoire et les émotions, ainsi que l'association auditive et visuelle. Il gère également l'activité musculaire, en stimulant le mouvement du corps.

L'encéphale interprète les informations provenant des organes sensoriels spécifiques liés à la vue, l'ouïe, le goût, l'odorat et l'équilibre. L'encéphale et la colonne vertébrale contrôlent ensemble de nombreuses activités coordonnées ; les réflexes simples et les mouvements basiques ne peuvent être exécutés que sous le contrôle de la colonne vertébrale. L'encéphale se divise en quatre parties principales : le cerveau, le diencéphale, le cervelet et le tronc cérébral.

Le cerveau : siège de notre principal pouvoir de conscience et de traitement, le cerveau contrôle également la perception, l'action, la réflexion et la créativité. Il occupe la plus grande partie de l'encéphale et consiste en un centre intérieur de matière blanche et un cortex extérieur de matière grise (cortex cérébral).

Le diencéphale : cette partie de l'encéphale abrite l'interface de notre moi chimique et électrique et sert de centre de contrôle au système endocrinien. Il comprend également l'hypothalamus qui, avec les glandes pinéale et pituitaire, génère une série de signaux électriques et chimiques qui régulent notre conscience et notre physiologie.

Le cervelet : situé à la base du cerveau, le cervelet est rattaché au tronc cérébral. Il joue un rôle important dans le contrôle du mouvement, la coordination de l'activité musculaire volontaire et le

maintien de l'équilibre et de la stabilité.

Le tronc cérébral : abritant le mésencéphale, la protubérance annulaire et le bulbe rachidien, le tronc cérébral se fond à la moelle épinière par le dessous. Il régule des fonctions vitales comme la respiration, le rythme cardiaque et la pression sanguine.

LE CORTEX EN DÉTAIL

La plupart de notre activité mentale se déroule dans la matière grise que l'on trouve dans le cortex cérébral. Le cortex cérébral, couches périphériques du cerveau, occupe à peu près 40 % de la masse cérébrale et réalise le plus haut niveau de traitement neuronal, dont le langage, l'audition, la vue, la mémoire et la fonction cognitive (pensée). La matière grise se compose de neurones, tandis que la matière blanche de l'encéphale est élaborée par les processus des cellules nerveuses. L'encéphale humain est semblable à ceux des autres mammifères, bien que nos capacités neuronales soient rendues uniques par les structures du tronc cérébral et le développement de notre néocortex, la composante la plus complexe du cortex cérébral.

Les plis du cortex cérébral forment une immense surface pour l'activité neuronale, avec des milliards de neurones (cellules nerveuses) et de cellules gliales constituant la substance du cerveau. Les neurones sont des cellules cérébrales électriquement actives qui traitent l'information, tandis que les cellules gliales, en nombre dix fois plus important que les neurones, occupent des fonctions de soutien. En plus d'être électriquement actifs, les neurones synthétisent constamment les neurotransmetteurs, substances chimiques qui amplifient et modulent les signaux entre un neurone et une autre cellule. Les neurones ont la capacité – connue sous le nom de plasticité – de se modifier ou de se déformer de manière permanente, ce qui sous-tend un apprentissage de base et une adaptation. Certaines voies neuronales peu empruntées, par exemple, peuvent subsister bien longtemps après que la mémoire n'est plus consciente, en développant éventuellement le subconscient.

LE RÉSEAU NEURONAL COMPLEXE

L'encéphale humain héberge un nombre important de liens synaptiques, permettant une grande quantité de traitements parallèles. Ces traitements s'effectuent via le réseau neuronal complexe, un réseau de tissu semblable à un filet qui examine la masse d'informations entrantes et décide de ce qui est digne d'intérêt. Le filet renvoie ça et là des signaux dans l'encéphale, en visant les bons centres. Si l'on ralentit cette force de transmission ou l'empêche d'agir, le cortex cérébral devient inactif et la personne perd conscience.

LES ÉTATS CÉRÉBRAUX

L'encéphale traverse des phases de transition entre l'éveil et le sommeil. Ces transitions sont essentielles au bon fonctionnement de l'encéphale. Par exemple, on considère le sommeil comme nécessaire à la consolidation de la connaissance, car les neurones trient les stimuli de la journée pendant le sommeil profond en puisant au hasard dans les voies neuronales les plus usitées dernièrement. En l'absence de sommeil, il est possible de développer des symptômes de maladie mentale et d'hallucinations auditives.

LES CELLULES GLIALES

La science attribue traditionnellement l'activité nerveuse – et les effets de la pensée – aux neurones. De nouvelles recherches suggèrent que les cellules gliales, le « support » cellulaire du système nerveux central, modulent ou régissent en réalité le cerveau neuronal. On considère que les cellules

gliales, sensibles aux courants électriques et aux champs magnétiques, jouent un rôle critique dans les effets de l'activité électromagnétique dans et sur le corps, en influençant le fonctionnement de la glande pinéale (et par conséquent notre humeur), les effets du champ magnétique terrestre et de l'activité solaire, l'activité génétique et cellulaire et ses mutations, la fonction cérébrale et d'autres fonctions vitales⁶³.

LES ÉMOTIONS ET LE CERVEAU

L'adage « Tout est dans la tête » dit vrai. Depuis le début des années 1990, le chercheur et auteur Daniel G. Amen, médecin, utilise une méthode de scan du cerveau sophistiquée appelée la tomographie d'émission monophotonique (TEMP) pour mesurer le débit sanguin cérébral et les modèles d'activité métabolique. Ses travaux ont montré qu'il existe un lien entre certains modèles cérébraux et la dépression, la distraction, l'obsession, la violence et autres états émotionnels⁶⁴.

Selon Amen, le système limbique profond du cerveau régit notre capacité à établir des liens, en agissant également comme un centre de contrôle de l'humeur. De la taille d'une noix, le système limbique comprend les structures thalamiques, l'hypothalamus et les structures environnantes immédiates. Amen a découvert que cette partie du cerveau gère les mémoires émotionnelles, l'état émotionnel, les cycles de l'appétit et du sommeil, et la libido ; elle déclenche des signaux émotionnels, négatifs ou positifs. Amen a établi que plus le système est actif, plus la mentalité de la personne est négative. À l'inverse, moins le système limbique profond est actif, plus l'attitude de la personne est positive⁶⁵.

LE CÔTÉ BIOCHIMIQUE DES ÉMOTIONS

D'un certain côté, les émotions ne sont pas des « sentiments » ; ce sont des courants aux propriétés biochimiques qui interagissent avec le cerveau, ce qui *génère* des sentiments. L'initiatrice de cette théorie est la célèbre chercheuse Candace Pert, PhD, auteur de *Molecules of Emotion*, dont les recherches démontrent que les substances chimiques internes – les neuropeptides et leurs récepteurs – sont les fondements biologiques de notre sensibilité, se manifestant par nos émotions, croyances et attentes. Ces neuropeptides influencent profondément la manière dont nous répondons à notre monde et en faisons l'expérience⁶⁶.

De nombreuses recherches du Dr Pert font intervenir les cellules réceptrices. Les récepteurs sont des molécules composées de protéines qui fonctionnent comme des molécules sensibles ou scanners nichant dans les membranes cellulaires. Pour agir, les récepteurs ont besoin des ligands, substances qui se lient à des récepteurs spécifiques à la surface d'une cellule⁶⁷.

Les ligands peuvent être de trois types chimiques. Les premiers sont les neurotransmetteurs, petites molécules aux noms divers comme l'histamine, la sérotonine et la norépinephrine. Ils envoient des impulsions nerveuses à travers la synapse ou espace entre deux cellules. Les stéroïdes sont une autre forme de ligands et comprennent les hormones sexuelles : testostérone, progestérone et œstrogène. Les peptides représentent la troisième forme, constituant la majeure partie des ligands du corps. Ce sont principalement des substances d'information. Comme les récepteurs, ils sont composés de chaînes d'acides aminés. Les neuropeptides sont des peptides plus petits, actifs au niveau du tissu neuronal, tandis que les polypeptides, plus gros, contiennent généralement entre 10 et 100 acides aminés. Pert recourt à l'analogie entre les cellules et le moteur et entre les récepteurs et les boutons d'un panneau de commande. Les ligands agissent comme des doigts qui appuient sur le bouton pour enclencher le moteur⁶⁸.

Le Dr Pert a découvert que nos émotions sont véhiculées dans le corps par des ligands peptidiques qui modifient les propriétés chimiques des cellules en se liant aux sites du récepteur implantés sur celles-ci. Parce qu'ils possèdent également une charge électrique, ils modifient la fréquence électrique des cellules. Selon Pert, nous transmettons et recevons constamment des signaux électriques sous la forme de vibrations. L'expérience de nos ressentis est la « danse vibratoire » qui se produit quand les peptides se lient à leurs récepteurs ; le cerveau interprète les différentes vibrations comme divers ressentis. Certaines cellules deviennent « dépendantes » de certains ligands. Si nous sommes en colère pendant un certain temps, les récepteurs cellulaires apprennent à n'accepter que les « vibrations de colère » et à rejeter celles qui peuvent mener au bonheur. Certains praticiens holistiques pensent en réalité que les cellules peuvent se mettre à rejeter des nutriments ou des ligands sains, leur préférant leurs pendants négatifs. Cela peut entraîner des troubles de l'humeur, accompagnés de maladies.

LES ONDES CÉRÉBRALES : MESURES ÉLECTRIQUES

Le cerveau reçoit des informations notamment sonores, tactiles et thermiques de toutes les parties du corps et en transmet pour contrôler la respiration et le rythme cardiaque et coordonner l'activité musculaire. Ces informations sont envoyées par de petits messages électriques. De nombreux messages électriques du cerveau contrôlent également la pensée et la mémoire.

Chaque état cérébral est associé à des ondes cérébrales correspondantes. Les appareils EEG (électroencéphalographes) sont un moyen reconnu pour mesurer l'activité électrique du cerveau et, par conséquent, évaluer les ondes cérébrales. Celles-ci peuvent renseigner sur un état de santé, de conscience ou d'activité. Certaines d'entre elles sont optimales pour la vie quotidienne, d'autres pour la méditation et d'autres encore pour parvenir à un état de guérison.

Les ondes cérébrales se mesurent en hertz ou cycles par seconde. Voici les quatre bandes clés de l'activité des ondes cérébrales :

Bêta : (13-26 Hz) conscience active, éveillée, yeux ouverts. De fréquence supérieure et d'amplitude faible, ces ondes cérébrales rapides apparaissent lors d'états de concentration ou de travail mental.

Alpha : (8-13 Hz) associées à des états de relaxation les yeux fermés, ainsi que de rêverie les yeux ouverts. Une personne « normale » peut maintenir sa vigilance. Caractérisées par des ondes cérébrales plus lentes, avec une augmentation de l'amplitude et de la synchronicité.

Thêta : (4-8 Hz) esprit, corps et émotions calmes. Relaxation profonde, somnolence et phases du sommeil léger. Une personne « normale » ne peut pas maintenir sa vigilance, mais les méditants le peuvent. Associées à la première et à la deuxième phase du sommeil ; de fréquence plus lente et de plus forte amplitude que les ondes alpha.

Delta : (5-4 Hz) inconscience et sommeil profond. Associées avec les troisième et quatrième phases du sommeil, les ondes delta sont les plus lentes des ondes cérébrales et celles qui possèdent la plus haute amplitude. Le sommeil delta constitue notre sommeil le plus profond ; ses ondes cérébrales sont les plus éloignées des ondes cérébrales de l'état éveillé. Marcher ou parler en dormant se produit souvent⁶⁹.

À la frontière entre les états, les ondes cérébrales présentent généralement un mélange des modèles. Par exemple, le sommeil à mouvement oculaire rapide (MOR), la phase du sommeil la plus associée au rêve, est une combinaison d'ondes alpha, bêta et désynchronisées.

Selon des recherches menées par le Monroe Institute en Virginie, qui étudie la conscience, le son et l'apprentissage durant le sommeil, il existe une cinquième bande d'ondes cérébrales connues sous le nom d'ondes gamma, qui se situeraient à environ 28 Hz ou plus. Leurs recherches ont découvert que ce niveau était marqué par des expériences mystiques et transcendantes⁷⁰.

LES PROPRIÉTÉS ÉLECTROMAGNÉTIQUES DES GLANDES PINÉALE ET PITUITAIRE

Il est bien connu que le corps émet de la lumière, du son, de la chaleur et des champs électromagnétiques et que, comme toute matière, il possède un champ gravitationnel. Des études sur deux importantes glandes endocrines ont démontré que le corps est une source d'électromagnétisme qui engendre des effets tels qu'établir une connexion avec son environnement ou avec ce qui relève du paranormal. Elles révèlent également l'étonnante importance du magnétisme sur le corps.

MESURER LE CORPS MAGNÉTIQUE

Les propriétés magnétiques du corps sont une découverte relativement récente. À la fin des années 1960, de nombreux laboratoires mesurèrent les champs magnétiques émis par le cœur. À cette époque, le physicien David Cohen, utilisant ses propres recherches et s'appuyant sur d'autres remontant jusqu'à 1929, parvint à mesurer les champs magnétiques produits par les activités électriques du cerveau pour la première fois à l'aide d'un détecteur de magnétisme extrêmement sensible connu sous le nom d'interféromètre quantique supraconducteur (SQUID)⁷¹.

LE BIOFEEDBACK

Le biofeedback utilise des outils qui fournissent au patient un retour d'informations (angl. feedback, N.d.T.) pour qu'il puisse apprendre à surveiller ses fonctions corporelles. Les mesures les plus courantes englobent celles de la température des mains, de l'activité des glandes sudoripares, du rythme respiratoire et cardiaque ainsi que des schémas ondulatoires cérébraux.

Vous connaissez sans doute déjà l'électroencéphalogramme (EEG), qui mesure les ondes cérébrales. Il existe d'autres dispositifs de biofeedback : l'électromyographe (EMG) qui mesure la tension musculaire ; l'électrocardiogramme (ECG) qui enregistre les fonctions cardiaques ; et la réponse électro-dermale qui mesure la température de la peau. Généralement, on suit un processus à la fois et le retour est donné immédiatement par des tonalités, des lumières, des chiffres ou des aiguilles se déplaçant sur des graphes⁷⁴.

Les principes qui sous-tendent le biofeedback reposent sur le fait de comprendre comment le cerveau dirige le corps⁷⁵. Le cerveau contrôle la plupart des mouvements conscients. Le tronc cérébral et la moelle épinière régissent les relais les moins conscients des fonctions neurologiques d'entrée et de sortie, comme la respiration. Maintes techniques de biofeedback cherchent à accroître le contrôle conscient sur ces régions, en développant la capacité de l'esprit à influencer la conscience et la biochimie du corps. Le biofeedback peut donc être utilisé pour exercer le cerveau à parvenir à des états plus détendus et positifs, mais on y recourt également pour diminuer la douleur, contrôler l'anxiété, en cas de troubles du sommeil et même de maladies graves.

On enseigne souvent aux sujets des exercices de relaxation liés à la respiration et la visualisation. Ils observent ensuite les changements obtenus en retour, constatant une diminution de la pression sanguine ou l'accès à un niveau de conscience alpha. Avec le temps, les sujets n'ont plus besoin d'instruments pour parvenir à des résultats. Il s'est avéré que le biofeedback aide à induire des états de conscience mystiques, semblables à ceux que l'on trouve dans le soufisme, le zen, le yoga et d'autres disciplines spirituelles. On l'associe également positivement aux états de conscience modifiée : une augmentation des ondes cérébrales alpha s'assortit d'un accroissement des activités de l'hémisphère droit telles que la créativité ou l'intuition, ce qui encourage le développement de la conscience psychique ou perception extrasensorielle (PES)⁷⁶.

D'autres formes particulières de biofeedback, comme le biofeedback thermique, constituent une aide lors de problèmes de santé spécifiques, comme la maladie artérielle périphérique et les ulcères chroniques du pied liés au diabète. Un chercheur en santé publique à l'Université du Minnesota a utilisé avec succès le biofeedback thermique pour soulager la douleur et favoriser la guérison, comme en témoigne un récent essai clinique exposant la guérison complète en trois mois de patients souffrant d'ulcères chroniques au pied. Cette méthode de biofeedback inclut des techniques de visualisation et de respiration consciente guidée⁷⁷.

Au début des années 1970, les chercheurs ont commencé à enregistrer les champs magnétiques

émanant d'autres organes dans le corps, conséquence de leur activité électrique. Aujourd'hui, on considère le magnétoencéphalogramme (MEG) comme une méthode plus précise que l'EEG pour mesurer l'activité électrique cérébrale, notamment parce que les champs magnétiques, au contraire des signaux électriques, traversent le cerveau, le liquide cébrospinal et le crâne sans se déformer. Bien que le champ magnétique entourant le cœur soit le plus puissant, le champ qui entoure la tête est important et vibre également – et il semble y avoir une raison à cela, comme nous le verrons dans l'exposé qui suit sur les glandes pinéale et pituitaire⁷².

LA GLANDE PITUITAIRE

Il s'agit d'une glande endocrine clé. Elle stocke les hormones et travaille de concert avec l'hypothalamus pour déclencher une série d'actions physiques. Et elle contient de la magnétite.

Des scientifiques ont découvert que la magnétite, un composé de fer et d'oxygène sensible sur le plan magnétique, est présente chez les animaux, des bactéries aux mammifères. Elle aide apparemment les oiseaux migrateurs à « trouver leur Nord » et les pigeons voyageurs à rentrer chez eux⁷³.

Dans les années 1990, en utilisant la microscopie électronique en transmission à haute résolution, des scientifiques ont découvert des cristaux de magnétite chez l'être humain, dans un groupe de nerfs situés à l'avant de la glande pituitaire, derrière le sinus ethmoïdal, os perforé de la base du crâne dessinant en partie la cavité nasale et l'orbite.

Ce groupe de cristaux de magnétite aide à expliquer la découverte d'un champ magnétique complexe autour de la tête, détecté par l'interféromètre quantique supraconducteur mentionné précédemment. Il peut justifier de notre sensibilité aux champs magnétiques, qu'ils émanent de la terre, du ciel ou d'autres personnes.

LA GLANDE PINÉALE

La glande pinéale sert de capteur électromagnétique contrôlant toutes sortes d'états, de l'humeur aux PES. Il produit la mélatonine, qui régule le sommeil⁷⁸.

Les chercheurs Iris Haimov et Peretz Lavie ont découvert que les individus présentant un dysfonctionnement de la glande pinéale ont du mal à détecter et à relayer l'information à travers les champs électromagnétiques. Ils présentent dès lors de grandes difficultés à s'endormir, ainsi que d'autres problèmes de santé liés à un cycle diurne perturbé⁷⁹.

On rattache la glande pinéale au septième chakra, ou plan de conscience, qui représente une ouverture aux énergies divines. Elle est aussi la glande endocrine que l'on associe à l'ascension de la kundalini – un processus de spiritualisation intervenant dans le travail chakrique. Le rôle de la glande pinéale dans l'illumination est lié à des interactions biochimiques et électromagnétiques⁸⁰.

Du point de vue biochimique, la glande pinéale orchestre une importante « hiérarchie » d'étapes supposant la réalisation de synthèse à partir de l'acide aminé tryptophane en interaction avec diverses substances – et, lors de certaines phases, en présence de lumière. En résumé, la séquence de production se déroule comme suit : tryptophane, sérotonine, mélatonine, pinoline, 5-méthoxydiméthyltryptamine (5-MeO-DMT) et diméthyltryptamine (DMT)⁸¹.

Le tryptophane est un acide aminé essentiel que l'on trouve dans la plupart des aliments protéinés ou des protéines diététiques. La mélatonine, produite durant la nuit, régule le rythme circadien ; la sérotonine, produite le jour, est un neurotransmetteur qui régule le sommeil, la température corporelle, l'appétit et les émotions ; la pinoline est une substance neurochimique jouant un rôle dans

la conscience ; on trouve la 5-MeO-DMT, une tryptamine psychotrope, dans certaines plantes, graines, résine et dans le venin d'un certain crapaud ; et la DMT est une tryptamine et un neurotransmetteur produits de façon naturelle.

Une partie de la communauté scientifique et spirituelle a rapproché ces substances chimiques d'expériences mystiques et psychiques. Par exemple, Serena M. Roney-Dougal, PhD, du Psi Research Center à Glastonbury, Angleterre, a présenté un important corpus de preuves neurochimiques et anthropologiques suggérant que la production de pinoline de la glande pinéale peut encourager un état psycho-conducteur de conscience⁸².

On pense que la pinoline agit sur la sérotonine pour déclencher le mécanisme du rêve. Elle possède également des propriétés hallucinogènes, et sa structure chimique est semblable à celle des substances chimiques que l'on trouve dans une plante psychotrope d'Amazonie⁸³. Des études indiquent que l'état de rêve est l'un de ceux pendant lesquels nous avons le plus de chance de vivre des expériences psychiques. On pense que la pinoline est la substance neurochimique qui déclenche cet état de conscience⁸⁴.

La DMT est également appelée la « molécule de l'esprit » de par le rôle potentiel qu'elle joue dans l'induction d'états psychédéliques via la glande pinéale. Les recherches du Dr Rick Strassman, parmi d'autres, suggèrent que, dans des conditions particulières – telles que les expériences de mort imminente, l'utilisation de psychotropes chamaniques et certains états méditatifs –, la glande pinéale peut produire de la DMT, qui nous amène ensuite à différents états de conscience. Ces études et d'autres sur la glande pinéale indiquent qu'elle peut réellement constituer la « glande de l'esprit », comme la considèrent diverses écoles mystiques.

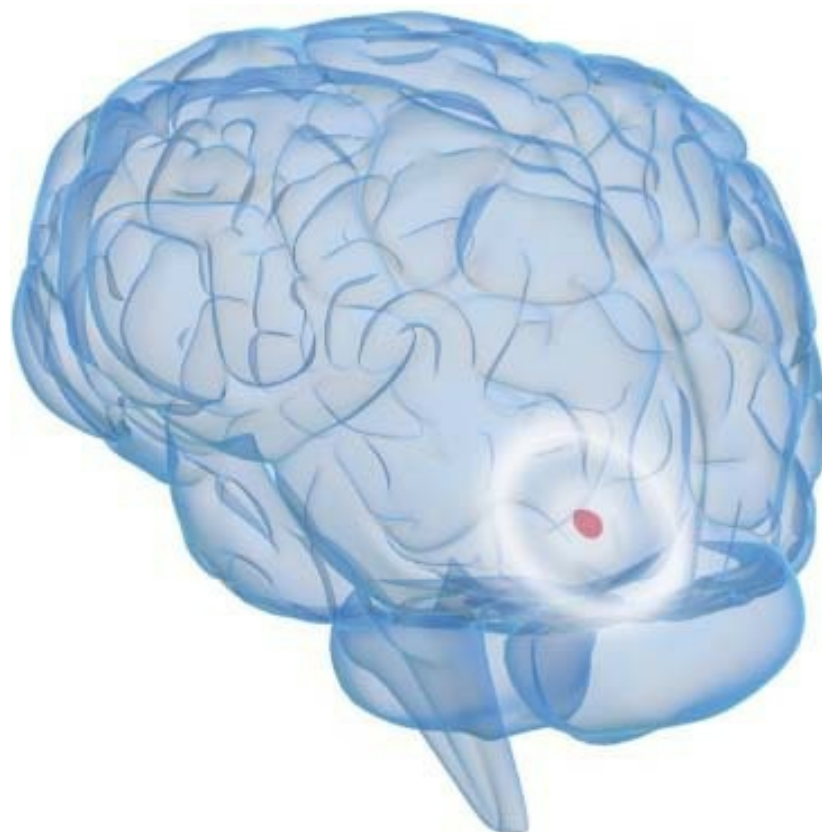


FIGURE 2.4

LA GLANDE PITUITAIRE

La glande pituitaire génère un champ magnétique dû aux cristaux de magnétite environnants.

La peau est l'organe le plus large du corps. Chez un adulte, elle couvre une surface approximative de deux mètres carrés. Elle fournit une couche protectrice imperméable à l'eau et, en tant qu'organe sensoriel, elle régule la température. La peau absorbe et libère de la chaleur, en maintenant la température corporelle dans les limites normales.

La peau est un composant du système externe qui comprend également les cheveux et les follicules pileux, les glandes sébacées et sudoripares, et les ongles. Elle collabore avec le système excréteur du corps, en évacuant de l'eau et de petites quantités d'urée et de sels par la sueur. Elle contribue également à la maintenance des systèmes circulatoire et nerveux.

La peau est composée de deux couches différentes de tissu : le derme et l'épiderme. L'épiderme est la couche extérieure, principalement formée de cellules appelées *kératinocytes* ; des cellules qui se désintègrent constamment, sont éliminées et remplacées par d'autres des couches inférieures. Les nouvelles cellules prennent entre deux à quatre semaines pour se former et gagner la surface de la peau. La peau morte est transformée en une matière appelée kératine, qui s'exfolie en de minuscules squames à peine visibles. Sous l'épiderme se trouve le derme, un réseau de fibres de collagène et d'élastine entremêlées aux vaisseaux sanguins et lymphatiques, aux glandes sudoripares et sébacées, et aux follicules pileux. Les glandes sudoripares sont contrôlées par le système nerveux et sont stimulées à sécréter, soit sous l'action d'une émotion, soit pour répondre au besoin du corps d'évacuer de la chaleur. Les glandes sébacées lubrifient la tige capillaire et sont soumises au contrôle des hormones sexuelles.

Les couches dermiques et épidermiques renferment toutes des terminaisons nerveuses qui s'adaptent pour détecter une douleur, le froid, une pression, une démangeaison, en suscitant des réflexes protecteurs ou transmettant des sensations agréables de chaleur et de contact. On trouve, au-dessous du derme, une couche variable d'adipocytes qui isolent le corps des températures extrêmes, ainsi que le tissu conjonctif et un petit nombre de vaisseaux sanguins.

Les cheveux, poils et ongles représentent des formes particulières de kératine. Les ongles des doigts et des pieds sont produits par des cellules vivantes de la peau, bien que l'ongle en lui-même soit mort et qu'il n'occasionnera pas de douleur ou de saignement en cas de blessure. Les cellules des follicules pileux, qui contiennent également une glande sébacée, forment les poils et se divisent rapidement.

LA COULEUR DE LA PEAU

La couleur de la peau provient d'un pigment biologique sombre appelé la mélanine, que l'on trouve également dans les cheveux et l'iris de l'œil. La fonction de la mélanine est de protéger la peau des rayons néfastes du soleil. Toutes les races possèdent le même nombre de cellules pigmentaires – les

mélanocytes –, mais des différences génétiques contrôlent la quantité introduite dans les cellules épidermiques. La quantité de mélanine produite par ces cellules varie grandement. Par exemple, chez les personnes de race noire, les mélanocytes sont plus gros et produisent davantage de pigment. L'albinisme est dû à l'absence de l'enzyme productrice de pigment.

LE SYSTÈME CIRCULATOIRE

Essentiellement constitué du cœur et des vaisseaux sanguins, ce système distribue le sang via un système d'artères, de veines et de capillaires, entre autres composants, de manière à former un circuit complet. Deux sortes de circulation œuvrent de concert dans le corps :

La circulation systémique : elle véhicule le sang oxygéné et riche en nutriments à travers le corps. L'oxygène et les nutriments sont déposés dans les tissus corporels. Les déchets et les gaz sont transférés dans le sang. En bouclant le circuit du corps, le sang retourne au cœur, ses niveaux d'oxygène épuisés et chargé de dioxyde de carbone, un déchet de la fonction cellulaire ;

La circulation pulmonaire : elle véhicule le sang appauvri en oxygène du cœur vers les poumons, où a lieu l'échange des gaz. Le sang est oxygéné et retourne au cœur pour réintégrer à nouveau la circulation systémique.

LE CŒUR

Le cœur fait circuler le sang. Celui-ci commence à couler dans les artères via l'aorte, l'artère centrale. Il est ensuite véhiculé à travers les organes et les tissus, en leur fournissant nourriture et oxygène. Le sang retourne enfin au cœur par les veines, après avoir achevé ses livraisons. Sur son deuxième circuit, le cœur fait circuler le sang jusqu'aux poumons, qui remplacent l'oxygène et le débarrassent de ses déchets. Le sang retourne ensuite au cœur régénéré en oxygène. Quatre cavités coordonnent ces fonctions, en maintenant le flux sanguin à un rythme stable et en optimisant les niveaux d'oxygène du sang. Chacune accomplit une tâche spécifique, en collaboration avec les valves cardiaques, qui contrôlent le flux sanguin à travers le cœur. Ce sont les oreillettes droite et gauche, deux cavités à paroi mince qui collectent le sang pénétrant dans le cœur, et les ventricules droit et gauche, deux cavités inférieures qui acheminent le sang du cœur vers les poumons et les autres parties du corps.

LA PULSATION CARDIAQUE

À chaque battement, les deux oreillettes se contractent et emplissent les ventricules de sang. Ensuite, les ventricules se contractent. Cette série de contractions bien hiérarchisées relève d'un système de timing électrique complexe.

La pulsation cardiaque est déclenchée par un petit groupe de cellules que l'on appelle le nœud sino-atrial, situé dans le muscle atrial droit. Le nœud sino-atrial envoie un signal électrique autour du cœur juste avant chaque pulsation. Les impulsions passent du nœud sino-atrial aux deux oreillettes et entraînent leur contraction. Un autre nœud, l'atrio-ventriculaire, à la jonction des oreillettes et des

ventricules, retarde l'impulsion. Après la contraction des oreillettes, une impulsion passe à travers un muscle cardiaque spécifique que l'on appelle le *faisceau de His* (du nom du cardiologue suisse Wilhelm His), entraînant la contraction des ventricules. Quand le corps est au repos, cette routine cyclique se produit à peu près 70 fois par minute, et à une vitesse supérieure en cas de stress ou d'effort physique. Un électrocardiogramme peut enregistrer ces pulsations.

LE CŒUR EN TANT QU'ORGANE ÉLECTROMAGNÉTIQUE

Le cœur est le centre physique du système circulatoire, qui gère plus de 75 billions de cellules. Il est également le centre électromagnétique du corps, dont émanent 1 000 fois plus d'électricité et de magnétisme que dans le cas du cerveau. Bien plus fascinant, c'est un organe de communication qui peut potentiellement gérer les processus intuitifs du corps.

Comme nous l'avons vu dans la première partie, le champ électromagnétique (CEM) du cœur est 5 000 fois plus puissant que celui du cerveau. Son champ électrique est 60 fois plus important que celui du cerveau⁸⁵. Non seulement sa capacité électromagnétique est plus conséquente que celle du cerveau, mais il est capable, du point de vue biologique, d'accomplir certaines fonctions semblables à celles du cerveau. En fait, entre 60 et 65 % de ses cellules sont neurales, identiques à celles présentes dans le cerveau. L'énergie – information qui vibre – circule constamment entre le cœur et le cerveau, en contribuant au traitement des émotions, à l'expérience sensorielle, à la mémoire, à l'interprétation des événements, ainsi qu'au raisonnement⁸⁶. En outre, le cœur est l'une des principales glandes endocrines, produisant au moins cinq des hormones essentielles, qui ont un impact sur les fonctions physiologiques du cerveau et du corps⁸⁷.

Le cœur est connu depuis longtemps comme le centre du corps, ainsi que la demeure de l'âme. Dans de bonnes conditions, notamment lorsqu'une personne se « centre » consciemment ou se concentre sur le cœur, ce dernier se met à diriger le cerveau (la plupart du temps, c'est généralement l'inverse). L'entraînement ou la gestion du corps via le cœur au lieu du cerveau mène à des états de fonctionnement mental et émotionnel supérieurs, ainsi qu'à un corps en meilleure santé⁸⁸. Il permet également à la personne de filtrer l'environnement extérieur en conservant les « bons messages » au lieu des « messages négatifs », en assurant par là une relation plus positive avec le monde extérieur⁸⁹.

Ce « pouvoir de guérison du cœur » est rendu possible grâce à la nature énergétique du corps. Toute énergie contient de l'information et toute cellule est énergétique. Plus les cellules sont proches les unes des autres, plus elles ont de chance d'osciller et de vibrer à un rythme coordonné, tout en produisant, par conséquent, un signal plus puissant et intense. Les cellules cardiaques sont très structurées et génèrent donc un signal partagé extrêmement puissant, à la fois électrique et magnétique. Le signal interne du cœur est plus fort que n'importe quel autre émis par d'autres parties du corps parce qu'il est plus intense. Le cœur peut donc, de manière dynamique, occuper la place du chef dans le corps, ses rythmes étant capables de moduler ou de « prendre le contrôle » sur ceux des autres organes. Qu'en est-il de sa relation au monde extérieur ? Nous recevons constamment des informations – parfois appelées « bruits de fond » – de l'extérieur. Non seulement le corps peut ignorer le flux de renseignements entrants, mais il peut également trier et filtrer l'information provenant du monde extérieur – même quand il s'agit d'information intuitive.



FIGURE 2.5
LE CHAMP ÉLECTROMAGNÉTIQUE DU CŒUR

Comme l'explique le chercheur Stephen Harrod Buhner dans son livre *The Secret Teachings of Plants*, des cellules hautement synchronisées, telles que celles organisées de manière compacte dans le cœur, sont capables d'utiliser les bruits de fond pour augmenter l'amplitude d'un signal entrant – si elles sont intéressées à le percevoir⁹⁰. Le cœur « entendra » ce qu'il est programmé à « entendre ». Si le cœur renferme de l'amour, il se mettra au diapason de l'amour. S'il s'agit de peur, d'avidité ou d'envie, le cœur baignera dans la négativité. Beaucoup pensent que le cerveau déclenche la première réponse aux événements extérieurs et commande ensuite nos réactions. L'analyse révèle, au contraire, que l'information entrante percute d'abord le cœur et, par son intermédiaire, le cerveau et le reste du corps⁹¹. Notre cœur est tellement puissant qu'il peut en réalité exprimer le symbole le plus connu de l'amour : la lumière. Des recherches ont montré que, sous certaines conditions, un méditant peut véritablement générer de la lumière visible depuis le cœur. La technique de méditation doit être centrée sur le cœur et non transcendante. Au cours d'études menées à l'université de Kassel en Allemagne en 1997, il émana ainsi du cœur une lumière constante de 100 000 photons par seconde quand l'extérieur n'en comptait que 20. Les méditations se basent sur des compréhensions énergétiques provenant de diverses cultures, dont la pratique hindoue de la kundalini⁹².

Il a été établi que le cœur est le centre du corps, mais il pourrait aussi représenter le noyau d'un univers subtil – ou peut-être un « soleil subtil » généré par chaque individu.

LE SANG

Le sang circule à travers le corps par un réseau de vaisseaux. Il quitte le cœur par l'aorte suivant la circulation systémique, et il est acheminé à travers le système artériel pour alimenter les cellules tissulaires et organiques du corps en oxygène et nutriments. Le transfert de nutriments a lieu dans de petits capillaires qui relient les artères et les veines. Le sang circule ensuite dans les veines et retourne vers le cœur. Les globules rouges jouent un rôle important dans la circulation en tant que transporteurs, acheminant l'oxygène des poumons vers les tissus sous l'action d'une protéine appelée l'hémoglobine. Ces cellules s'emparent du dioxyde de carbone et le renvoient aux poumons, où il est évacué avec la respiration.

Les globules blancs combattent la maladie. Il existe différentes catégories de globules blancs, chacun d'eux jouant un rôle particulier. Le plasma, en collaboration avec d'autres cellules, assure la coagulation en cas de blessures. La durée de vie d'un globule rouge est d'environ 120 jours, tandis que la plupart des globules blancs ont une durée de vie maximale de quelques jours.

LE SYSTÈME RESPIRATOIRE

La respiration est le moyen par lequel on acquiert l'oxygène nécessaire à l'entretien cellulaire et tissulaire, tout en se débarrassant du dioxyde de carbone non désiré. L'une des fonctions premières de la respiration est le métabolisme oxydatif. Les cellules du corps utilisent l'oxygène comme une voiture brûle du carburant mélangé à de l'oxygène. Dans le cas qui nous occupe, le carburant est le glucose (sucre). Les déchets sont principalement du dioxyde de carbone et de l'eau. L'oxygène s'introduit dans le corps quand nous inspirons et ses sous-produits sont évacués lorsque nous expirons.

La respiration fait intervenir les poumons et les voies respiratoires supérieures : le nez, la bouche, le larynx, le pharynx et la trachée. Elle concerne également les muscles situés entre les côtes (muscles intercostaux) et le diaphragme, une calotte musculaire qui sépare la poitrine de l'abdomen. Quand nous respirons, le nez inhale l'air, qui descend ensuite la trachée et parvient aux poumons. L'oxygène et d'autres substances passent de l'air au sang, et le dioxyde de carbone passe du sang à l'air. L'échange de ces gaz se produit au niveau des alvéoles, petits sacs d'air situés aux extrémités des bronchioles dans les poumons. C'est là que le sang dans les capillaires rencontre l'air, recueille l'oxygène et se débarrasse du dioxyde de carbone.

On peut contrôler sa respiration de façon consciente, mais il s'agit également d'un mouvement réflexe. Le rythme respiratoire est contrôlé par le bulbe rachidien, centre respiratoire du cerveau, et régulé selon le niveau de dioxyde de carbone présent dans le sang.

LE SYSTÈME ENDOCRINIEN

Tout comme le système nerveux, l'appareil endocrinien est un système de communication. Alors que le système nerveux utilise les nerfs pour véhiculer l'information, le système endocrinien recourt principalement aux vaisseaux sanguins comme canaux d'information. Endocrinien signifie littéralement *sécrétion directe* dans le flux sanguin.

Le système endocrinien est un système intégré de petits organes qui contrôlent la production d'hormones. Il est responsable des transformations lentes ou durables dans le corps, telles que la croissance, et des nombreux changements progressifs vécus pendant la puberté ou la ménopause masculine et féminine.

Les glandes endocrines occupent la totalité du corps. Elles libèrent des hormones – des messagers ou médiateurs chimiques particuliers – dans le flux sanguin. Celles-ci régulent la croissance, le développement, le métabolisme et la fonction tissulaire, et jouent également un rôle dans l'humeur.

Les glandes endocrines englobent la glande pituitaire, la glande pinéale, le thymus, la thyroïde, la parathyroïde, les glandes surrénales, les îlots pancréatiques, les ovaires et les testicules. Le placenta, qui se développe durant la grossesse, possède également une fonction endocrine. De manière générale, les glandes endocrines sont des glandes qui sécrètent directement des hormones dans les vaisseaux sanguins qui leur correspondent, hormones qui circulent ensuite dans le corps via le flux sanguin. Ces hormones voyagent vers des organes distants pour réguler la fonction de l'organe visé.

Les hormones s'occupent de contrôler et d'influencer la chimie des cellules intéressées. Par exemple, elles déterminent le débit du métabolisme alimentaire, l'émission d'énergie et la production de lait, de poils ou d'un autre produit des processus métaboliques du corps.

Les hormones fabriquées par les principales glandes endocrines, comme l'insuline et les hormones sexuelles, sont connues sous le nom d'hormones générales. Le corps produit maintes autres hormones qui agissent à proximité de leur centre de production. Par exemple, de l'acétylcholine se crée à chaque fois qu'un nerf transmet un message à une cellule musculaire, pour lui demander de se contracter.

Les maladies du système endocrinien incluent l'obésité, les diabètes, les troubles de l'humeur et du sommeil. Les maladies endocriniennes se caractérisent souvent par la libération d'une hormone dysfonctionnelle (adénome hypophysaire), une réponse inappropriée au signalement (hypothyroïdie) et un défaut ou la destruction d'une glande (diabète de type 1).

LES GLANDES ENDOCRINES ET LE MÉTABOLISME⁹³

Le métabolisme correspond à une série d'interactions chimiques qui fournissent de l'énergie et des nutriments aux cellules et aux tissus. Il est étroitement lié au système endocrinien.

Par exemple, la thyroïde produit une hormone qui régule directement le métabolisme. Composée de thyroxine (T4 ou tétraiodothyronine) et de triiodothyronine (T3), l'hormone thyroïdienne détermine le rythme métabolique général du corps et la production d'énergie. Des problèmes peuvent être à l'origine d'un métabolisme trop élevé, en causant une hyperthyroïdie, ou trop bas, en entraînant une hypothyroïdie. La thyroïde produit également la calcitonine, qui réduit et stabilise le calcium contenu dans le sang.

La glande pituitaire influe également sur le métabolisme. Située à la base de l'encéphale, cette glande de la taille d'un pois produit ses propres hormones et influence la production hormonale d'autres glandes. Ensemble, la glande pituitaire et l'hypothalamus contrôlent de nombreux aspects du métabolisme, en travaillant à l'unisson pour fournir au corps les hormones dont il a besoin pour intervenir efficacement.

Les hormones leptine et ghréline aident également à réguler le métabolisme du corps. La leptine, découverte en 1994, est en réalité produite par la graisse, faisant d'elle, en substance, un organe endocrinien. La leptine indique au cerveau lorsqu'il convient de manger. Alors que l'insuline indique aux cellules de brûler ou d'utiliser la graisse ou le sucre, la leptine contrôle le stockage de l'énergie et la consommation cellulaire. La leptine renseigne le cerveau sur ce qu'il doit faire et non l'inverse.

La ghréline stimule l'appétit, en l'accentuant avant de manger et en l'atténuant ensuite. On la trouve en petites quantités dans la glande pituitaire, l'hypothalamus, les reins et le placenta. Elle favorise également la sécrétion d'hormones de croissance dans la glande pituitaire antérieure.

LE SYSTÈME DIGESTIF

Le processus digestif du corps décompose les aliments en substances qui peuvent être absorbées et employées pour l'énergie, la croissance et la régénération. Le système digestif⁹⁴, parfois appelé le *système gastro-intestinal*, comprend la bouche, la gorge, l'œsophage, l'estomac, l'intestin grêle, le gros intestin, le rectum et l'anus. Il est responsable de la réception des aliments, de leur désintégration en composants utilisables (graisses, sucres et protéines), de l'absorption des nutriments dans le flux sanguin et de l'élimination des parties indigestes sous forme de déchets. Ses organes produisent également des facteurs de coagulation et des hormones non liées à la digestion, en débarrassant le sang des substances toxiques et en métabolisant les médicaments.

La cavité abdominale renferme les organes digestifs principaux. Elle est entourée à l'avant par la paroi abdominale, la colonne vertébrale à l'arrière, le diaphragme au-dessus et les organes pelviens au-dessous. Les organes se trouvant hors du tube digestif – le pancréas, le foie et la vésicule biliaire – jouent également un rôle crucial dans la digestion.

LA DIGESTION ET LE CERVEAU⁹⁵

Le cerveau et le système digestif travaillent de concert. Les scientifiques reconnaissent depuis longtemps que le cerveau stimule les organes digestifs via des activités parasympathiques comme la vue, l'odorat et le goût, qui éveillent la faim. Des facteurs psychologiques ont également un impact sur la faim et la digestion, en influençant les mouvements des intestins, la sécrétion d'enzymes digestives et d'autres fonctions digestives. Une profonde tristesse ou colère, par exemple, déclenchera une réaction en chaîne qui stimulera ou diminuera l'appétit, en causant éventuellement des problèmes digestifs ou de poids, et parfois des maladies intestinales.

D'un autre côté, le système digestif influence également le cerveau. Par exemple, des affections persistantes ou récurrentes comme le syndrome du côlon irritable (SCI), la colite ulcéreuse et d'autres maladies douloureuses affectent nos émotions, nos comportements et nos activités quotidiennes. On appelle cette association réciproque l'axe cerveau/intestin.

De par leurs riches connexions au système nerveux autonome, les organes digestifs sont souvent le siège de maladies psychosomatiques. De nombreuses personnes souffrant du SCI présentent également un certain type de trouble psychiatrique ; leur SCI s'aggrave en cas de stress. On rattache également la maladie de Crohn à une souffrance émotionnelle. Certaines personnes souffrant de crises de panique témoignent également de troubles du côlon, dont le déclenchement s'opère au niveau du système nerveux sympathique. On étudie également d'autres maladies en relation avec leurs causes psychosomatiques, telles que le cancer, le diabète de l'adulte (type 2) et la polyarthrite rhumatoïde.

Des spécialistes comme Michael Gershon, médecin, suggèrent que l'estomac contient en réalité un

deuxième cerveau, muni de ses propres neurotransmetteurs, qui déclenche le SCI. Pour Gershon, le SCI démontre que l'intestin travaille de manière autonome, bien qu'il ne mette pas en doute l'axe cerveau/intestin, à savoir que les « papillons dans l'estomac » résultent de l'envoi par le cerveau d'un message d'anxiété à l'intestin qui, à son tour, transmet des messages au cerveau l'informant qu'il est malheureux⁹⁶.

LE SYSTÈME EXCRÉTEUR

Le rôle principal du système excréteur⁹⁷ est de filtrer et de débarrasser le système circulatoire des déchets cellulaires, toxines et excès d'eau ou de nutriments. Le corps se défait des déchets, produits qui doivent être éliminés pour ne pas l'intoxiquer, de plusieurs façons. Ces processus font intervenir les systèmes et organes suivants.

LE SYSTÈME URINAIRE

Les reins sont les organes clés du système urinaire, le mécanisme d'élimination des déchets extraits du sang. Ils filtrent le sang, maintiennent le juste équilibre d'eau et d'électrolytes, et éliminent les déchets sous la forme d'urine. L'urine est envoyée des tubes collecteurs aux reins et finit sa course dans un conduit que l'on appelle l'urètre et qui mène à l'extérieur du corps.

LE FOIE

Le foie est multifonctionnel. Sa tâche principale est de transformer le sang riche en nutriments provenant du système gastro-intestinal et d'adapter les substances chimiques pour que le métabolisme fonctionne de manière optimale. Plus gros organe du corps, le foie se divise en deux lobes et est alimenté par l'artère hépatique et la veine porte.

Pour contribuer à la digestion et à l'excrétion, le foie produit la bile, une substance fortement alcaline qui dissout les graisses. La bile est libérée dans le foie via les canaux biliaires, stockée dans la vésicule biliaire et sécrétée dans l'intestin grêle. La bile ne décompose pas seulement les aliments pour éliminer les déchets solides, elle recueille également l'eau des déchets en vue de sa réutilisation.

LE GROS INTESTIN

Le gros intestin se compose du côlon et du rectum. Alors que l'intestin grêle s'occupe principalement d'absorber les nutriments au cours du processus digestif, le gros intestin réabsorbe l'eau et véhicule les déchets de matières vers l'anus. Le côlon élimine aussi le sel et l'eau des matières envoyées depuis l'intestin grêle, en libérant le reste comme déchets.

LA PEAU ET LES POUMONS

On considère la peau et les poumons comme des organes excréteurs. La peau contient des glandes sudoripares qui évacuent l'eau, les sels et l'urée (déchets rénaux) que l'on trouve dans la sueur. Les poumons éliminent le dioxyde de carbone et l'eau.

LE SYSTÈME REPRODUCTEUR

L'activité sexuelle est un dynamisme fondamental que nous partageons avec tous les autres animaux. Chez les humains, les glandes et les organes reproducteurs commencent à se développer et à mûrir pendant la puberté. Ils interviennent dans la création de la nouvelle génération et sont liés, au cours du développement fœtal, au système urinaire. Les organes reproducteurs se divisent en deux parties : les organes génitaux internes et externes, et les gonades. Les gonades mâles sont les testicules, et les gonades femelles les ovaires. Pendant la puberté, les gonades commencent à se développer et à s'activer sous l'influence des hormones gonadotropes produites dans la glande pituitaire. Ces hormones stimulent la production des hormones sexuelles : la testostérone chez les hommes et l'œstrogène et la progestérone chez la femme⁹⁸.

LE SYSTÈME REPRODUCTEUR MASCULIN

L'homme participe à la reproduction en produisant du sperme. Le sperme féconde ensuite l'œuf du corps féminin et cet œuf fécondé (zygote) se transforme progressivement en un fœtus. La plupart de l'anatomie reproductrice masculine est externe. Les organes reproducteurs masculins englobent les testicules, l'épididyme (zone abritant le sperme), la prostate et le pénis. Le pénis est l'organe urinaire et reproducteur masculin, contenant trois cylindres de tissu vasculaire à l'aspect spongieux qui permettent l'érection. Quand l'homme est stimulé sexuellement, le pénis entre en érection et se tient ainsi prêt pour les rapports. On parvient à l'érection lorsque les sinus sanguins du tissu érectile du pénis se gorgent de sang. Lors de l'éjaculation, le sperme quitte le pénis dans un liquide appelé le *liquide séminal*, produit par trois sortes de glandes : les vésicules séminales, la prostate et les glandes bulbo-urétrales, également connues sous le nom de glandes de Cowper. Chaque composant du liquide séminal assure une fonction particulière. Le sperme est plus viable dans une solution basique : le liquide séminal possède donc un pH faiblement alcalin. Le liquide séminal agit également comme source d'énergie pour le sperme et contient des substances chimiques qui entraînent la contraction de l'utérus.

Les testicules produisent le sperme et la testostérone. Ils se situent hors de la cavité abdominale dans le scrotum. Les testicules débutent leur croissance dans la cavité abdominale, mais descendent dans les bourses durant les deux derniers mois du développement fœtal. C'est là une condition nécessaire pour la production du sperme, car les températures corporelles internes sont trop élevées pour sécréter du sperme viable.

LE SPERME

Un sperme arrivé à maturité, ou spermatozoïdes, contient 23 chromosomes qui renferment l'empreinte génétique paternelle et déterminent les caractéristiques héritées du père chez l'enfant. Le sperme

véhicule également le message génétique déterminant le sexe de l'enfant. Un homme normal produit généralement quelque 100 millions de spermatozoïdes par jour. Le sperme est secrété en permanence tout au long de la vie reproductrice de l'homme, bien que sa production diminue avec l'âge.

LE SYSTÈME REPRODUCTEUR FÉMININ

Contrairement à l'homme, la femme possède un système reproducteur situé presque entièrement dans le bassin. Un mécanisme de timing bien réglé contrôle les processus physiques principaux de la reproduction féminine, au cours des phases de la menstruation, de la conception et de la grossesse. La vulve représente la partie externe des organes reproducteurs féminins. Elle couvre l'ouverture du vagin ou canal utérin. La vulve comprend également les lèvres, le clitoris et l'urètre. Outre le vagin, les organes reproducteurs féminins sont les ovaires, les trompes de Fallope et l'utérus. Lors de l'excitation sexuelle, on assiste à un léger engorgement mammaire et à une congestion du clitoris et des lèvres, qui augmentent les sécrétions vaginales du canal cervical et des glandes de Bartholin, de petites glandes situées de chaque côté de l'ouverture du vagin qui sécrètent du mucus en vue de la lubrification. Les sécrétions vaginales augmentent également pendant l'ovulation.

Les ovaires produisent les ovules (œufs) en vue de la fécondation. L'utérus, ou matrice, prend soin de l'ovule fécondé, en le protégeant jusqu'à la fin de la grossesse. L'utérus a la forme d'une poire renversée, aux parois musculaires épaisses, et renferme certains des muscles les plus puissants du corps féminin. Ces muscles sont capables de se dilater et de se contracter pour héberger un fœtus en développement et expulser le bébé lors de l'accouchement. Lorsqu'une femme n'est pas enceinte, l'utérus ne mesure environ que 7,5 cm de long et 5 cm de large.

Le vagin est relié à l'utérus par le col de l'utérus, tandis que l'utérus communique avec les ovaires via les trompes de Fallope. Les ovaires contiennent un nombre fixe de cellules qui demeurent inactives jusqu'à la puberté. À l'approche de la puberté, les ovaires s'activent ; quelque 20 ovules grandissent et se développent au début de chaque cycle menstruel. À certains intervalles, les ovaires libèrent un ovule, qui rejoint l'utérus en passant par les trompes de Fallope. Si du sperme s'introduit dans l'utérus à ce moment-là, il fusionne avec l'œuf pour le féconder. Le noyau de l'ovule contient 23 chromosomes et, mêlé à du sperme arrivé à maturité, il forme une cellule de 46 chromosomes de manière à générer un embryon. Une femme est féconde pendant environ 36 heures à chaque cycle menstruel, autour du quatorzième jour d'un cycle menstruel hypothétique de 28 jours. Environ tous les mois, un processus d'ovogenèse développe un ovule, qui descend la trompe de Fallope dans l'attente d'être fécondé. Si ce n'est pas le cas, le système évacue l'œuf via la menstruation.

La fécondation a généralement lieu dans les trompes utérines, mais peut se produire également dans l'utérus même. Le zygote, œuf fécondé, s'implante sur la paroi utérine, où débute le processus de formation d'un embryon qui, une fois plus développé, devient un fœtus. Lorsque le fœtus est en mesure de survivre hors de la matrice, le col de l'utérus se dilate et l'utérus se contracte, acheminant le fœtus vers le canal utérin ou vagin.

LE MÉTABOLISME

Le métabolisme⁹⁹ est un processus d'échange et de production d'énergie et il est essentiel à la survie du corps. Il est de deux types :

a) l'anabolisme : phase d'élaboration durant laquelle des molécules et des substances complexes sont créées à partir de simples molécules. L'anabolisme utilise l'énergie pour élaborer des composants cellulaires tels que les protéines et les acides nucléiques.

b) le catabolisme : processus de création d'énergie qui décompose des molécules complexes en des structures plus simples pour aider les cellules corporelles à travailler efficacement et de manière adéquate. Le catabolisme génère de l'énergie, comme la contraction musculaire qui produit entre autres du dioxyde de carbone et de l'acide lactique, ainsi que la perte de chaleur.

LA THYROÏDE ET LE MÉTABOLISME

La glande thyroïde sécrète des hormones thyroïdiennes, qui contrôlent la vitesse des fonctions chimiques du corps. Elle régule le taux métabolique de base (TMB), le taux de consommation d'énergie déterminé en relation avec des facteurs tels que la taille, le poids, l'âge et le régime alimentaire. On mesure le TMB en calories brûlées au repos. Les calories sont l'énergie consommée par le corps pour lui assurer un fonctionnement normal. Le TMB représente environ 60 à 70 % des calories que nous brûlons ou consommons et tient compte du rythme cardiaque, de la respiration et du maintien de la température corporelle.

LE RÔLE DE L'ATP, UNE CHAÎNE DE TRANSPORT D'ÉLECTRONS¹⁰⁰

L'adénosine triphosphorique (ATP) est un composé chimique multifonctionnel, essentiel pour alimenter en carburant les cellules, qui sont stimulées par l'énergie qu'elle libère. Son rôle dans le métabolisme est de transporter l'énergie chimique. L'énergie produite au cours du processus de dégradation (catabolisme) est stockée dans l'ATP, prête à la libérer en cas de besoin. La source d'énergie principale pour l'élaboration de l'ATP est la nourriture. Une fois que les aliments sont décomposés en divers nutriments, les sources d'énergie peuvent être utilisées immédiatement pour créer d'autres tissus ou pour stocker l'énergie en vue d'une utilisation future.

Dans le corps, l'ATP est essentiellement produite dans les mitochondries, de petites structures cytoplasmiques situées à l'intérieur des cellules. Les mitochondries génèrent un gradient électrochimique, comme le fait une pile, en accumulant des ions d'hydrogène dans l'espace situé

entre leurs membranes interne et externe. L'énergie qui en résulte provient de chaînes enzymatiques que l'on estime au nombre de dix mille dans les sacs membraneux situés sur les parois des mitochondries. Cette chaîne de transport d'électrons est notre principale source d'énergie.

L'ATP contient de l'adénosine et trois molécules d'acide phosphorique. L'énergie est habituellement libérée de la molécule d'ATP pour œuvrer dans la cellule par une réaction qui élimine un des groupes phosphate/oxygène, ne laissant que de l'adénosine diphosphate (ADP). Quand l'ATP se convertit en ADP, elle s'épuise. L'ADP est ensuite immédiatement recyclée dans les mitochondries, où elle est rechargée et réapparaît à nouveau sous la forme d'ATP.

LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

Le système immunitaire assure la défense du corps contre les lésions et les maladies. Une grande partie de celui-ci s'appuie sur le système lympho-vasculaire, un système de vaisseaux qui véhiculent le liquide interstitiel dans le corps. Ce réseau collabore étroitement avec le sang, en particulier avec les globules blancs connus sous le nom de lymphocytes, essentiels à la défense du corps contre la maladie.

LE SYSTÈME LYMPHATIQUE

Le système lymphatique est chargé de nettoyer et de purifier les liquides corporels. Il se compose de plusieurs parties, dont les vaisseaux, les ganglions et les organes lymphatiques, ainsi que de la lymphe elle-même, liquide du système lymphatique. Les vaisseaux lymphatiques recueillent l'excès de liquide, de particules étrangères et d'autres matières provenant des tissus et cellules corporelles, les filtrent et renvoient le liquide purifié dans le flux sanguin. On trouve ces vaisseaux dans toutes les parties du corps, à l'exception du système nerveux central, des os, des cartilages et des dents.

Les capillaires lymphatiques, les plus petits vaisseaux, courent le long des artères et des veines du corps. Les parois de ces capillaires lymphatiques sont très fines et perméables, c'est pourquoi les molécules et particules, dont les bactéries, pénètrent la lymphe plutôt que les capillaires sanguins. Certains vaisseaux lymphatiques renferment également un muscle involontaire qui se contracte dans une seule direction, en véhiculant la lymphe.

Les nœuds ou ganglions lymphatiques se situent le long de différents points du réseau lymphatique au niveau des artères principales, et proches de la surface de la peau à l'aîne, aux aisselles et au cou. Un ganglion lymphatique agit comme un centre administratif, qui filtre la lymphe et détruit les particules étrangères qu'elle renferme. Quand la lymphe quitte un ganglion, elle recueille également des lymphocytes et des anticorps, substances protéinées qui désactivent les particules étrangères.

Le système lymphatique englobe des organes et tissus lymphoïdes hautement spécialisés, dont le thymus, la rate et les amygdales. Le thymus sert à la fois d'organe lymphatique et de glande endocrine, en produisant des lymphocytes particuliers. Il sécrète la thymosine, qui favorise le développement de lymphocytes T. La rate, qui détient la concentration la plus élevée de tissus lymphatiques dans le corps, filtre le sang, et produit et stocke des lymphocytes. Les amygdales constituent également des tissus lymphatiques spécialisés. Elles assurent la première ligne de défense face aux bactéries qui envahissent les systèmes respiratoire et digestif via la bouche et le nez.

La composition de la lymphe dépend de la localisation du vaisseau lymphatique. Par exemple, les vaisseaux drainant les membres renferment des protéines, alors que la lymphe intestinale se compose de graisse laiteuse, appelée le *chyle*, absorbée au niveau des intestins au moment de la digestion. Enfin, les vaisseaux lymphatiques irriguent des veines particulières situées près du cœur via la

grande veine lymphatique et le canal thoracique, en rejetant ainsi la lymphe dans le sang.

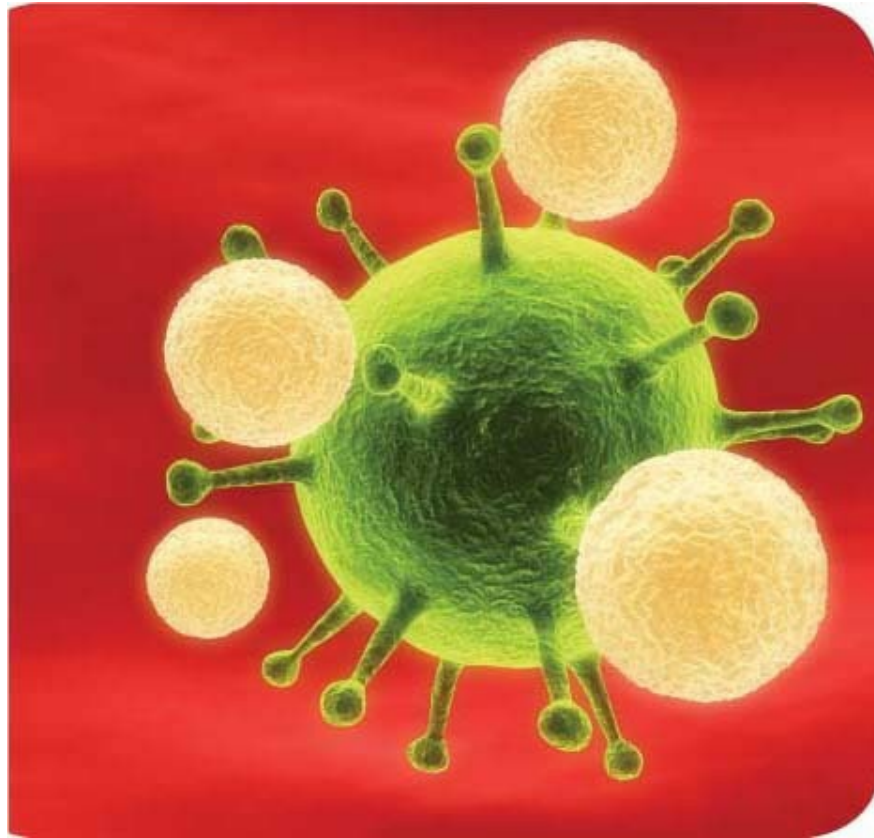


FIGURE 2.6
CELLULES « TUEUSES » ATTAQUANT UN VIRUS

LA RÉPONSE IMMUNITAIRE

La réponse immunitaire est la réaction du corps aux organismes qui l’envahissent, tels que les bactéries, les virus, les champignons et autres types d’agents pathogènes. Le corps dispose de divers moyens pour combattre les substances étrangères, en fonction de la nature et de l’emplacement de l’agresseur. Les deux principaux genres de réponse concernent à la fois le système immunitaire humoral et le système immunitaire cellulaire.

La réponse humorale a lieu au niveau des fluides corporels (humeurs). Les globules blancs éboueurs (macrophages) ingèrent les particules virales pénétrant les cellules à la surface de la peau. Ces macrophages détruisent les virus en attribuant des antigènes aux lymphocytes T en circulation. L’attaque a commencé. À présent, des anticorps destinés à des virus particuliers – et fabriqués par les plasmocytes B – s’emparent des particules virales. Les lymphocytes B mémoire sont programmés pour se rappeler du virus en cas d’attaque future. Les macrophages continuent de décomposer le virus, en protégeant le corps d’une infection plus grave.

Dans le cas de la réponse immunitaire cellulaire, les cellules ou lymphocytes T produits par le thymus se défendent en agissant à retardement. Le virus est tout d’abord assimilé par les mastocytes en circulation, qui présentent ensuite des antigènes aux cellules T. Les différentes cellules T produites par les mastocytes jouent dès lors chacune leur rôle. Les cellules T mémoire encodent la mémoire de l’antigène envahisseur en vue d’attaques futures. Les cellules tueuses T détruisent l’antigène, tandis que les cellules T auxiliaires recrutent les cellules B et T sur le lieu de l’attaque.

Ll existe cinq organes sensoriels dans le corps. Ce sont les oreilles, le nez, les yeux, la peau et la langue, qui gèrent respectivement l'ouïe, l'odorat, la vue, le toucher et le goût. Nos sens représentent en réalité des messages envoyés par les organes au cerveau via les nerfs crâniens.

L'OUÏE

L'oreille contribue à notre sens de l'audition et de l'équilibre (stabilité). Elle se compose de trois parties : l'oreille externe (récepteur), l'oreille moyenne (amplificateur) et l'oreille interne (transmetteur). L'oreille externe capte le son comme le fait une antenne radar. L'oreille moyenne présente un assemblage d'os, semblable à celui d'un appareil, qui amplifie les sons qu'il reçoit. Elle envoie ensuite des vibrations mécaniques à l'oreille interne, qui les convertit en impulsions électriques.

L'organe de Corti réside dans la cochlée, une structure en spirale de l'oreille interne, et nous permet d'entendre même de faibles sons. Il se compose de rangées de cellules et de poils stimulés par le mouvement du liquide cochléaire. L'organe de Corti envoie des impulsions le long de la branche cochléaire du nerf vestibulocochléaire, qui transmet les signaux au cortex auditif dans le lobe temporal cérébral.

L'oreille nous sert également d'organe de l'équilibre. Ses petits organes vestibulaires assurent l'équilibre et préviennent le cerveau des changements de position du corps.

Nous entendons des ondes sonores qui sont produites par les vibrations de molécules d'air. La taille et l'énergie de ces ondes déterminent le niveau sonore, que l'on mesure en décibels (dB). Un silence total correspond à 0 dB. L'intensité est directement liée à l'amplitude. Une des façons de se représenter l'amplitude d'une onde est de la considérer comme une onde qui monte et descend autour d'un axe de référence. Cet axe constitue un « espace imperturbable ». Plus la distance entre l'axe et la crête de l'onde est grande, plus l'intensité est élevée, plus le nombre de décibels augmente et plus le son est puissant (bien que d'un point de vue technique, l'amplitude se mesure au moyen d'une formule qui lui est propre, celle qui mesure la force exercée sur une surface donnée). La fréquence renvoie au nombre d'ondes créées (ou qui vibrent) par seconde. Plus il y a de vibrations, plus la tonalité des ondes sonores est élevée, exprimée en cycles par seconde ou hertz (Hz).

L'ODORAT

L'odorat est probablement le plus ancien et le moins compris de nos cinq sens. Au cours de notre évolution, il a conservé sa connexion à des parties du cerveau émotionnel ; l'odeur est intimement liée aux émotions. Notre sens de l'odorat fournit de précieuses informations sur le monde extérieur, dont des signaux d'alarme. Il existe également un lien étroit entre le goût et l'odorat, ce dernier

déterminant en grande partie ce que nous goûtons.

Les récepteurs sensoriels de l'odorat se situent sur le toit de la cavité nasale, juste en-dessous des lobes frontaux du cerveau. Cette région abonde en millions de petites cellules olfactives. Chacune d'elles possède environ une douzaine de cils, ou poils fins, baignant dans une couche de mucus. Le mucus garde les cils humides et emprisonne les substances odorantes. Les cils comportent des chémorécepteurs, cellules spécialisées qui détectent les différentes substances chimiques responsables des odeurs et relayent l'information au système nerveux.

Divers types de chémorécepteurs stimulent les cellules olfactives. Les substances chimiques se dissolvent dans les liquides muqueux, s'accrochent aux cils et obligent les cellules à envoyer des signaux électriques au cerveau. L'information est recueillie, traitée et acheminée à travers un circuit complexe de terminaisons nerveuses dans le cortex cérébral. Le message est à présent identifié et l'odeur devient consciente.

LA VUE

L'œil est notre organe visuel. Chaque œil réceptionne des rayons lumineux réfléchis par un objet, qui sont transférés vers la rétine à l'arrière de l'œil. La rétine est la couche interne de l'œil qui reçoit les images projetées à travers la cornée et le cristallin. Les images sont ensuite converties en signaux neuronaux par les bâtonnets et les cônes de la rétine. Des millions d'entre eux composent la surface de la rétine, les bâtonnets se montrant plus sensibles à la lumière et les cônes à la couleur.

Le nerf optique de chaque œil – un faisceau de fibres nerveuses transmettant de minuscules impulsions électriques via de fins câbles – a la responsabilité de transmettre des signaux neuronaux des cellules rétiniennes au cortex cérébral visuel afin qu'il les interprète. Cette région du cerveau recueille et traite l'information visuelle, en détectant les variations de forme et de mouvement des données entrantes. Les lobes pariétal et temporal du cerveau nous permettent de reconnaître une image et de lui donner un sens.

LE GOÛT

La langue est notre organe du goût ou, de manière plus formelle, de la gustation. Notre sens du goût est le plus basique de nos cinq sens, limité dans son champ et la subtilité de sa perception. Notre sens de l'odorat vient en aide à la gustation. Comme celui-ci, le goût est stimulé par le contenu chimique de substances présentes dans la nourriture et les boissons, et via les chémorécepteurs que sont nos papilles gustatives.

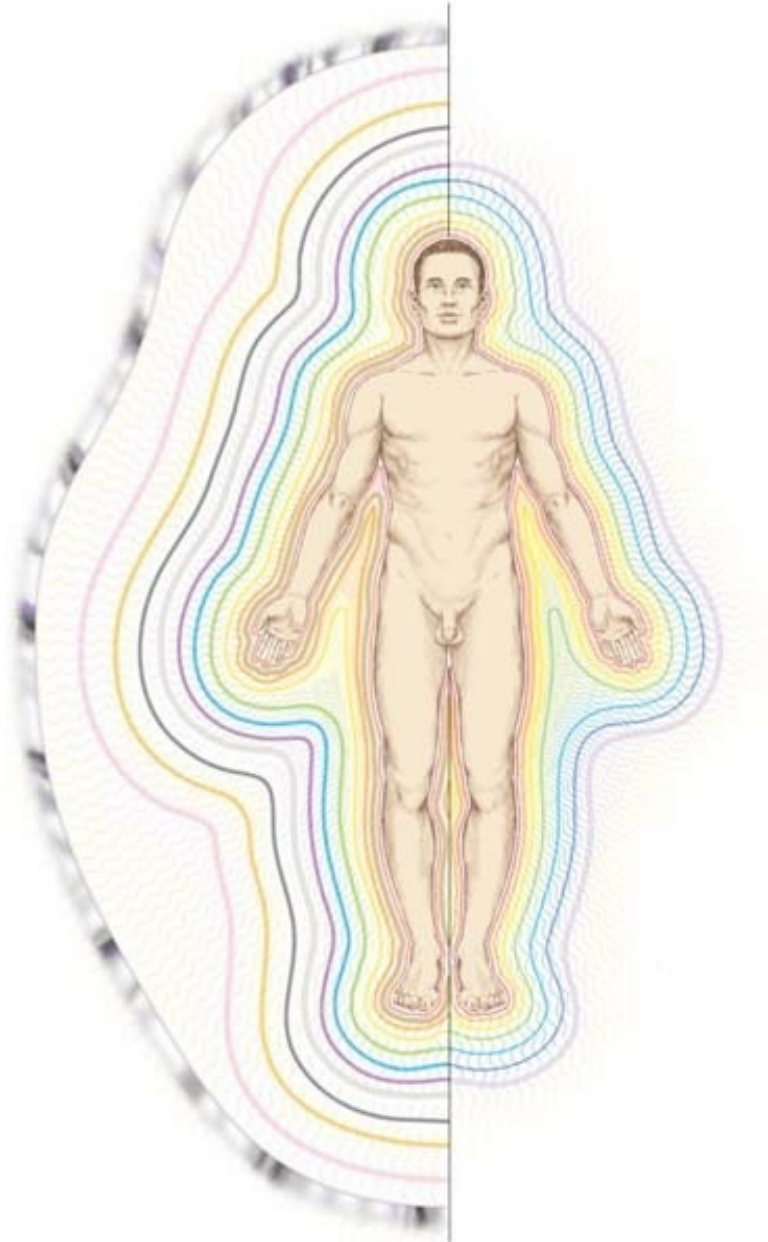
La langue est tapissée d'un épais épithélium contenant quelque 9 000 papilles – gustatives – qui sont régénérées et remplacées dans les 48 heures si elle sont endommagées, mais diminuent en nombre avec l'âge. On trouve également des papilles gustatives sur le palais et dans la gorge. Lorsqu'un aliment ou une boisson se mélange à la salive, les papilles gustatives en recueillent l'information via des ouvertures appelées *pores gustatifs*. Cela déclenche l'activité nerveuse dans chaque papille : les nerfs envoient des impulsions au cerveau en vue de leur interprétation.

Certaines papilles gustatives sont réceptives à des saveurs particulières. Par exemple, l'avant de la langue est plus sensible à ce qui est sucré. Les papilles du palais et de la gorge sont plus réceptives à ce qui est acide et amer. Bien que les sensations gustatives classiques soient le sucré, le salé, l'acide et l'amer, des psychophysiciens et neuroscientifiques ont, plus récemment, suggéré d'autres catégories gustatives : l'umami (saveur carnée) et le goût des acides gras¹⁰¹.

LE TOUCHER

On l'appelle également le *sens tactile*. Les niveaux de sensibilité varient dans le corps, selon la concentration de terminaisons nerveuses dans chaque région. Ces terminaisons se situent à la surface de la peau et génèrent les sensations de douleur, de changements de pression et de température. La concentration des terminaisons nerveuses dans certaines parties du corps entraînent une plus forte sensibilité chez ces dernières que chez les autres. Le bout des doigts, les lèvres et la langue présentent chacun une grande concentration de terminaisons nerveuses et sont tout particulièrement sensibles. Le corps humain est incontestablement physique et, par conséquent, mesurable et mécanique. Examinez deux individus et vous pourrez deviner où se trouvent le cerveau, le foie et le système nerveux chez chacun d'eux. Donnez-leur à manger du piment et tous deux lui attribueront une saveur épicée et non sucrée. Le corps est cependant davantage qu'un simple assemblage de parties physiques. Il est énergétique. C'est un système électromagnétique contenant des milliards de cellules et d'organes qui oscillent, chacun d'eux s'entraînant ou s'associant pour former un champ électromagnétique unifié, quoique complexe. Il est simultanément mesurable *et* immesurable ; physique *et* subtil.

Comme nous le découvrirons dans la section suivante, « Les champs énergétiques », chacun de nous génère ses propres champs d'énergie. Nous entrons également en contact avec les champs d'autrui ainsi qu'avec ceux émanant de sources organiques et inorganiques. Certains de ces champs sont mesurables. Nous savons qu'ils nous affectent, et inversement. D'autres sont immesurables à l'heure actuelle. Nous savons toutefois que ces champs apparemment invisibles existent, de par leurs effets. Quels sont les divers champs humains, naturels et « surnaturels » à l'origine de nos corps, de notre planète – et de la vie même ? Les réponses vous sont révélées dans la troisième partie : « Les champs énergétiques ».



LES CHAMPS ÉNERGÉTIQUES

D'un point de vue général, un champ est une zone sur laquelle une force exerce une influence en tous points. Comme toute structure énergétique, un champ fait intervenir une vibration d'énergie et peut véhiculer de l'information. Les champs agissent sur les plans physique et subtil, comme le font les corps et canaux énergétiques. Mais les champs représentent de mystérieux phénomènes. Albert Einstein croyait l'Univers composé de champs de force étroitement liés ; des physiciens contemporains ont mis le doigt sur certains de ces champs (auxquels ils ont donné le nom d'ondes stationnaires sphériques), les considérant comme des concepts de réalité finie dans un espace infini. De par les champs, la réalité est à la fois locale (ou ici et maintenant) et non locale, ce qui signifie que tout est interconnecté. C'est pourquoi certains physiciens suggèrent que tout événement potentiel existe simultanément sous forme d'ondes qui deviendront réelles – ou se désintégreront¹⁰².

À bien des égards, le futur de la guérison et des traitements qui marient les méthodes allopathiques et les pratiques complémentaires réside dans le domaine des champs, tout simplement parce qu'on les trouve à la fois à l'extérieur et à l'intérieur du corps. Les anciens croyaient que « tout ce qui est en haut est comme ce qui est en bas ». Un champ peut être déchiffré, altéré, modelé et analysé à l'extérieur du corps pour modifier les énergies à l'intérieur de celui-ci – et inversement.

La physique newtonienne nous apprend que les champs « envoient » des informations, transfèrent et transmettent des données comme un facteur avec le courrier. Mais qu'en dira le physicien quantique ? Il sourira et suggèrera l'idée que, dans un champ, les informations se transmettent parfois davantage comme la messagerie instantanée sur internet – si ce n'est plus rapidement : votre message est lu avant même que vous ne l'ayez envoyé.

La dynamique des champs invite à un véritable changement dans les pratiques médicales, mais également dans notre perspective d'êtres humains. Nous ne sommes pas des circuits fermés, isolés ; nous sommes interconnectés, d'irradiants faisceaux d'énergie. Pour bien le comprendre, il est important de saisir la nature des champs. Pour vous y aider, cette section traitera des principaux types de champs :

- mesurables et subtils
- universels
- naturels et créés artificiellement
- humains

Notez que nous examinerons le monde naturel et physique ainsi que l'univers subtil. On ne peut séparer ce qui est mesurable de ce qui ne l'est pas.

VOCABULAIRE DE L'ÉNERGIE

Vous pouvez utiliser ce lexique comme pense-bête. Les définitions complètes se trouvent dans la première partie.

Amplitude : écart extrême d'une qualité fluctuante (force). Les champs possèdent des forces ou amplitudes variées – ils sont faibles ou forts.

Fréquence : nombre de vibrations par unité de temps. Les ondes possèdent une fréquence et elles génèrent des champs.

Oscillation : semblable à une vibration. Les champs sont générés par des fréquences oscillatoires.

Physique : ce qui est capté par les sens physiques. Les thérapeutes peuvent parfois traduire les informations psychiques véhiculées par les champs en connaissances physiques ou même en énergie tangible.

Psychique : ce qui est perçu par les sens subtils. Les thérapeutes perçoivent parfois des informations psychiques véhiculées par les champs d'autrui (ainsi que par les champs géopathiques).

Spin ou rotation : mouvement circulaire ou rotatoire. Les champs peuvent véhiculer ou être générés par des particules oscillantes (ou ondes) qui peuvent créer différentes formes.

Vibration : mouvement rythmique de va-et-vient autour d'une position d'équilibre des particules d'un liquide ou une zone élastique quand son équilibre a été perturbé, comme dans le cas de la transmission sonore. Les champs sonores (générés par les ondes sonores) vibrent différemment que ne le font les champs électromagnétiques. Divers champs peuvent véhiculer de l'information qui émet alors différentes vibrations.

Vibration = Fréquence + Amplitude

Vitesse : distance parcourue par un champ (ou l'information qu'il contient) par unité de temps. Certains champs se déplacent à la vitesse de la lumière et peuvent ainsi transmettre des informations à cette vitesse ; certains physiciens émettent l'idée que certains champs peuvent transmettre des informations (impulsions lumineuses) à une vitesse supérieure à celle de la lumière, en créant par là des informations « psychiques ».

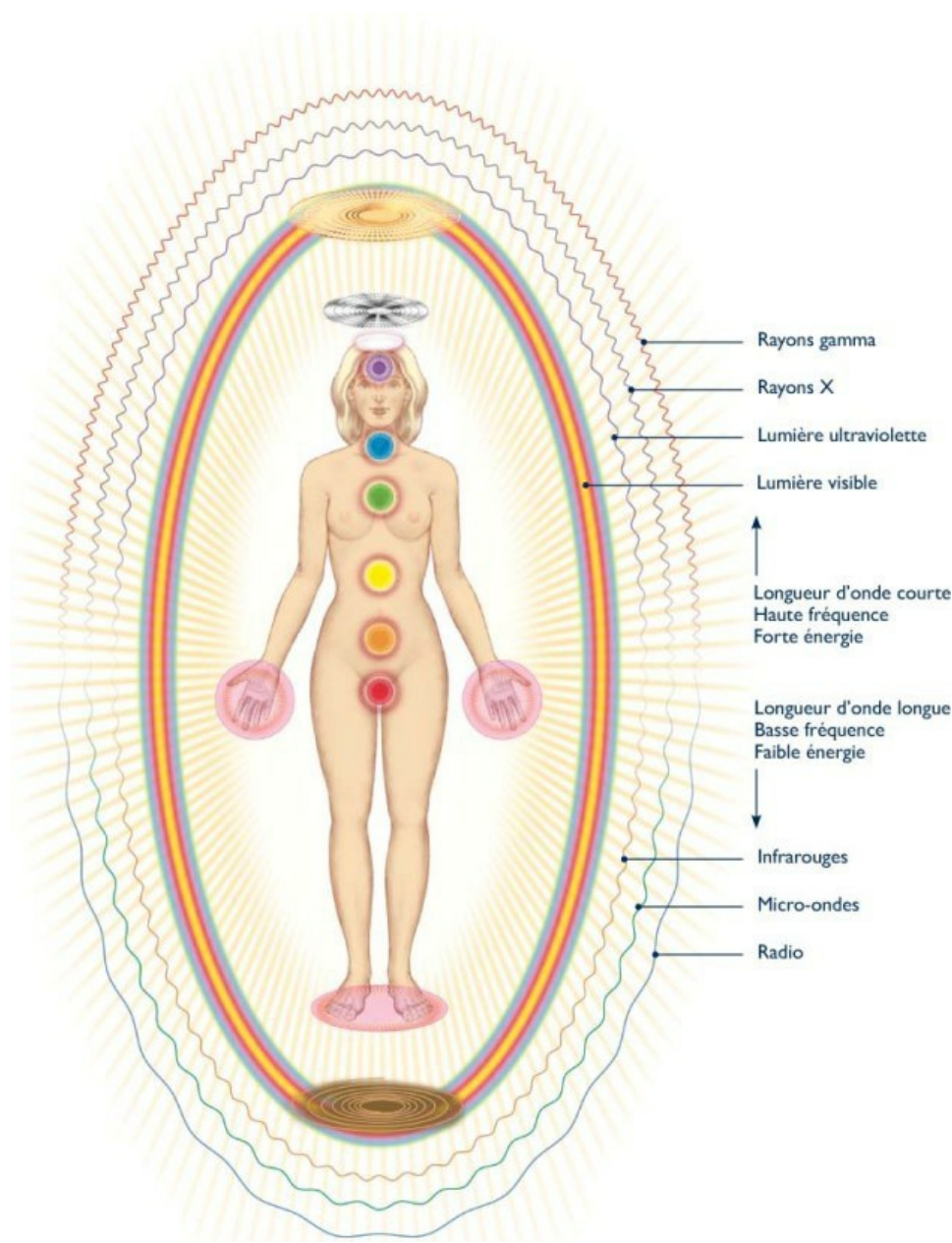


FIGURE 3.1
CHAMPS RÉELS

Les champs réels sont mesurables et correspondent à sept principaux types de rayonnement électromagnétique, chacun d'eux variant en longueur d'onde, fréquence et énergie. On peut également considérer les ondes sonores comme une sorte de champ réel.

Chacun de nous (et le monde) est constitué de champs à la fois mesurables et subtils qui génèrent et alimentent la vie. Les champs évidents à nos sens interagissent avec ceux qui s'en dissimulent ; *tous* les champs interagissent pour induire des effets bénéfiques et nocifs sur les organismes vivants. Les différences essentielles entre les champs physiques et les champs subtils se réduisent souvent simplement à la vitesse de l'information et à la vibration émanant d'eux. À certains niveaux, nous pouvons en réalité les percevoir comme des champs semblables – fusionnant l'un avec l'autre, se créant et s'alimentant l'un l'autre.

Au sein de la division de la matière et de l'énergie subtile réside encore une autre subdivision : celle de la forme et de la pensée. Certains champs sont gérés par une forme pure, d'autres par la pensée ou par le cœur physique. Pour pouvoir utiliser ces champs à des fins curatives et de bien-être, il est essentiel de distinguer leurs fonctions.

UNE PREMIÈRE APPROCHE DES CHAMPS ÉNERGÉTIQUES

Il existe différentes sortes de champs. En médecine énergétique, ils sont officiellement connus sous deux noms : les *champs réels*, que l'on peut mesurer ; et les *champs supposés* ou *subtils*, que l'on ne peut mesurer.

Les champs énergétiques réels ou mesurables sont de nature physique et comprennent les forces sonores et électromagnétiques, telles que la lumière visible, le magnétisme, le rayonnement monochromatique et les rayons du spectre électromagnétique. Notre corps produit ou est affecté par toutes ces énergies.

Les champs énergétiques supposés sont également appelés *biochamps* ou *champs subtils*. Nous emploierons ces deux derniers termes dans cette section. Ces champs expliquent la présence d'une énergie vitale essentielle, telle que le *qi* ou le prana des cultures orientale et hindoue. Ces champs énergétiques ne sont pas séparés des champs mécaniques ou mesurables ; ils occupent plutôt un espace et agissent à des fréquences que l'on ne peut percevoir qu'à travers leurs effets. Ils sont reliés au corps par les méridiens, les nadis et les chakras, capables de convertir les fréquences rapides (*qi* et prana) en des forces et champs mécaniques plus lents (électricité, magnétisme et son, entre autres). Les canaux et corps énergétiques sont dès lors des « antennes » qui captent et transmettent de l'information via les champs et la transforment afin que le corps puisse l'utiliser.

Le corps humain génère et est influencé par les deux types de champs énergétiques. Le cœur, par exemple, sert de centrale électrique humaine. Son activité électrique élabore la formation des biochamps qui entourent le corps parce qu'il émet mille fois plus d'électricité et de magnétisme que ne le font les autres organes. Mais les biochamps humains et personnels interagissent également avec des champs plus importants qui opèrent dans deux directions ; ils reçoivent et puisent l'énergie venant de nous et nous fournissent également de l'énergie. Puisqu'en réalité nous sommes composés de champs – à l'instar du monde –, nous devons nous considérer comme étant interconnectés plutôt qu'auto-suffisants, entraînés constamment dans le flux d'un devenir nouveau, tandis que nous façonnons et refaçonnons le monde.

Vous trouverez ci-après des exemples et descriptions des principaux champs réels (mesurables) et supposés (immensurables ou subtils).

LES CHAMPS RÉELS

Le champ principal qui génère et perpétue la vie est le *spectre électromagnétique*. L'autre catégorie de champs essentiels à la vie regroupe les *champs sonores*, également appelés *ondes sonores* ou *soniques*. Examinons ces champs en rapport avec l'exemple des champs énergétiques¹⁰³.

Chaque partie du spectre électromagnétique présente un rayonnement qui vibre à un niveau particulier et que l'on appelle par conséquent *rayonnement électromagnétique*. Notre corps requiert une quantité spécifique de chaque partie de ce spectre pour s'assurer une santé physique, émotionnelle et mentale optimale. Nous pouvons tomber malade ou nous déséquilibrer si nous nous exposons trop ou pas suffisamment à l'une des couches particulières du spectre.

On décrit le rayonnement électromagnétique comme un courant de *photons*, particules ondulatoires qui sont à l'origine de la lumière. Ce sont des particules dépourvues de masse qui voyagent à la vitesse de la lumière. Chacune d'elles contient beaucoup d'énergie et, par conséquent, de l'information. La seule différence entre les types de rayonnement électromagnétique tient dans la quantité d'énergie que renferment les photons. Comme le montre la *figure 3.1* (voir page 91), les ondes radio possèdent des photons aux énergies les plus faibles que l'on puisse mesurer, tandis que celles des rayons gamma sont les plus fortes. Il est important de comprendre ce flux de photons parce que ces derniers composent en réalité le corps physique, comme l'ont démontré des recherches de scientifiques, parmi lesquels Fritz-Albert Popp (voir l'index). Les photons génèrent également un champ gigantesque, dépeint comme un « champ de lumière » dans cette figure, qui unifie toute création. Nous décrivons ce champ au chapitre 19, « Deux théories du champ unifié ».

LES BASES DES CHAMPS

Vous souvenez-vous de la question du fonctionnement des atomes dans la première partie ? Toute matière, dont la cellule humaine, est créée à partir d'atomes. Les atomes sont composés de protons et de neutrons qui forment la masse d'un atome ; d'électrons qui véhiculent une charge ; et de positrons, qui représentent des anti-électrons et relient l'atome à son pendant inverse. Chacune de ces unités atomiques véhiculent de l'information et se déplacent et vibrent constamment, ce qui, par conséquent, « stimule leur énergie ». Les électrons sont ceux qui se déplacent le plus, généralement en orbite autour du noyau cellulaire, résidence du proton et du neutron. Mais les électrons peuvent aussi sauter et voyager hors de leur orbite. La tension entre l'électron et le reste de son environnement génère de l'électricité ; des charges ou courants en mouvement créent ensuite des champs magnétiques. La combinaison d'énergies électriques et magnétiques forme un champ électromagnétique.

Chacune de ces unités atomiques se déplace à une vitesse propre et, lorsqu'elle est combinée à d'autres unités, entraîne une certaine oscillation ou vibration de l'atome : un champ. Le mouvement provoque une pression, ce qui crée des ondes. Il existe cependant de nombreuses ondes – ou champs – émises par un seul atome, et leur nature varie constamment, car l'atome est perpétuellement en mouvement.

Les ondes génèrent également du son. Des variations de pression modifient la nature des ondes sonores et, par conséquent, la tonalité. Bien que les atomes aient tendance à vibrer à un niveau analogue, des ondes envahisseuses ou plus puissantes peuvent les « ébranler », en modifiant leur fonction et leur son.

De manière générale, il est important de retenir que chaque atome est unique, que les atomes se combinent pour former des systèmes uniques (comme les liquides lymphatique et sanguin) et qu'ils produisent par conséquent des structures ondulatoires uniques. Les ondes génèrent des champs, qui se déplacent dans toutes les directions et dans un flux permanent. Si vous pouvez travailler avec les champs engendrés par un groupe d'atomes (ou même par un seul atome), vous pouvez déterminer la santé ou les besoins de ces structures atomiques, et donc favoriser la guérison. Les différentes composantes des champs électromagnétiques et des champs sonores sont éternellement présentes ; ces champs sont donc ceux avec lesquels il est plus facile de travailler.

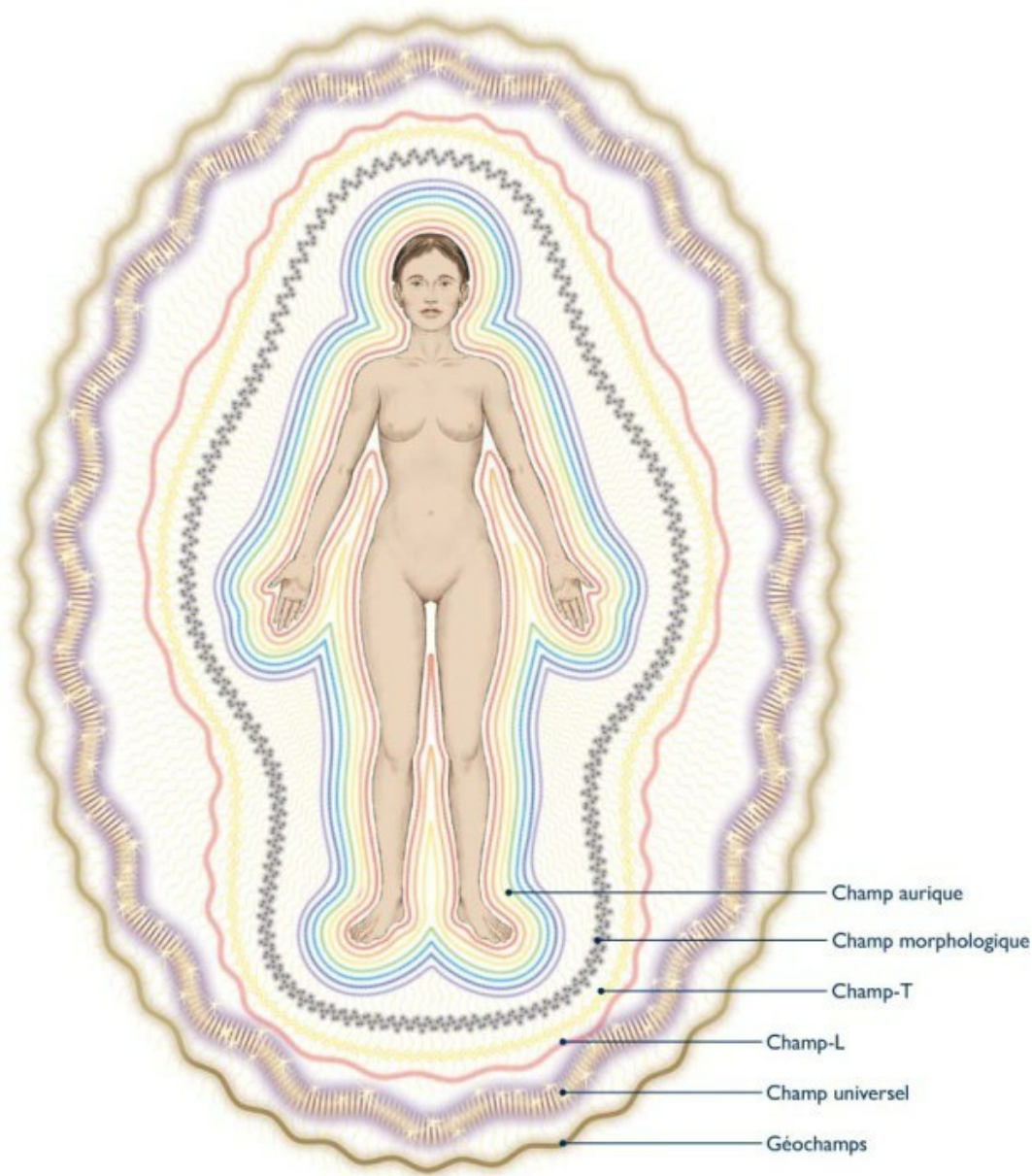


FIGURE 3.2

LES CHAMPS D'ÉNERGIE SUBTILE

Il existe des centaines, voire des milliers, de champs d'énergie subtile. Les principaux champs générés par le corps sont le champ aurique, le champ morphologique et les champs-L et champs-T. Nous sommes en outre influencés par les géochamps de la Terre ainsi que par le champ plus élevé de lumière universelle.

Le spectre électromagnétique est appréhendé en termes de basse et haute énergie, de longueur d'onde et de fréquence. La *basse* et *haute énergie* évoque tout simplement l'information ou l'énergie des photons. On la mesure en électron-volts. La *longueur d'onde* est une manière de mesurer la distance séparant deux points d'une onde. La *fréquence* est le nombre de cycles qu'effectue une onde par unité de temps.

Le postulat de base de l'électromagnétisme physique se résume à ceci : *l'électricité génère du magnétisme*. Nous explorerons l'électromagnétisme sous de nombreuses formes dans cette section, mais les approches les plus classiques de la question reposent sur le fait que, lorsque de l'électricité ou des électrons chargés circulent dans un courant, ils créent un champ magnétique. Ces forces rassemblées engendrent de l'électromagnétisme. Toutefois, selon la *loi de Faraday*, une variation d'un champ magnétique peut produire un champ électrique. Le magnétisme peut également agir selon ses propres lois.

On considère les *ondes sonores* comme des ondes mécaniques. Il s'agit d'un important ensemble d'ondes qui non seulement nous affectent en tant qu'êtres humains, mais émanent aussi de nous. On les définit comme une perturbation qui véhicule de l'énergie à travers un milieu via le mécanisme de l'interaction des particules¹⁰⁴, ce qui signifie que les ondes sonores sont générées par une sorte d'interaction. Elles ne peuvent « se déplacer » à moins « d'être déplacées ». Les ondes sonores se propagent sous forme de vibrations particulières et pénètrent tout ce qui existe. Notre cœur lui-même émet du son, à l'instar des planètes dans le ciel. Nous pouvons entendre certains de ces sons et pas d'autres, mais cela ne veut pas dire que les sons inaudibles ne nous affectent pas. Ces ondes et les autres ondes mécaniques nous influencent positivement ou négativement.

LES CHAMPS ÉNERGÉTIQUES HUMAINS, SUPPOSÉS OU SUBTILS

Il existe différents types de champs d'énergie subtile. Vous trouverez ci-après un bref aperçu de certains d'entre eux ; les descriptions se rapportent à la *figure 3.2*. Il est important de savoir que ces champs, alors qu'ils entourent apparemment le corps humain, l'imprègnent également. Les champs ne s'arrêtent pas à la peau. Il s'agit là d'énergies qui se déplacent à travers les milieux, dont la peau et les tissus corporels. Selon toute vraisemblance, les champs subtils déterminent la nature et la santé de leurs cousins mesurables physiquement, comme le révèlent les recherches mises en évidence au cours de cette section et dans le reste du livre. Comme la science continue de le confirmer, parce que la maladie et la guérison peuvent être détectées dans les champs subtils avant que ne se présente une réponse physique, ces derniers provoquent par conséquent au moins certains effets « morphologiques », ou avant-coureurs, sur le corps.

Sachez également que cet ouvrage ne peut recenser la totalité des champs subtils – parce qu'ils n'ont pas tous été découverts. Chaque cellule du corps et chaque pensée génèrent un champ. Chaque corps énergétique, méridien et chakra émet son propre champ. Au total, le champ émanant uniquement de votre corps occuperait plus d'espace – ou d'« anti-espace » – que votre moi physique. À maints égards, vous *êtes* vos champs.

Nous parlerons plus longuement dans cette section de chacun des champs d'énergie subtile humains suivants :

- le *champ énergétique humain* est principalement composé de l'*aura*, un ensemble de bandes d'énergie qui varient en fréquence et en couleur lorsqu'elles se déplacent à l'extérieur du corps. Chacun des champs auriques ouvre à différents plans d'énergie et corps énergétiques et s'associe également à un chakra, échangeant ainsi de l'information entre les mondes en dehors et à l'intérieur du corps ;
- les *champs morphologiques* permettent l'échange entre les espèces de sensibilité similaire et transfèrent l'information d'une génération à l'autre. Ils pénètrent l'aura ainsi que le système électrique du corps ;
- les *géochamps* agissent sur tous les organismes vivants, comme le font les énergies en dehors de la Terre ;
- le *champ de lumière universelle*, que l'on appelle le « champ du point zéro », se compose de photons ou d'unités lumineuses qui régulent chaque créature vivante. Notre ADN est constitué de lumière et nous sommes environnés par un champ de lumière ; le microcosme et le macrocosme dansent ainsi de concert ;
- les *champs-L* et les *champs-T* sont des champs électriques et de pensée subtils, manœuvrés par

des énergies électriques et magnétiques. Ces champs constituent les aspects indétectables du spectre électromagnétique.

DEUX THÉORIES DU CHAMP UNIFIÉ

Il existe deux théories qui cherchent à marier la science et la spiritualité – en vue de prendre en compte l'ensemble des connaissances scientifiques et d'expliquer la « réalité ». Elles se basent sur des concepts liés aux champs et à la dynamique des champs.

LA THÉORIE DU CHAMP UNIFIÉ

La théorie du champ unifié cherche à mettre en évidence un seul champ qui marie les forces fondamentales et les particules élémentaires selon la physique quantique.

Comme nous l'avons vu dans la première partie, il existe quatre forces fondamentales : la force électromagnétique, les forces nucléaires fortes et faibles et la gravité. Les particules élémentaires se comptent par milliers et comprennent les particules subatomiques. Albert Einstein inventa le terme de théorie du champ unifié dans sa tentative d'unifier sa théorie générale de la relativité et l'électromagnétisme.

Les particules élémentaires sont les composants de base de la *théorie quantique des champs* ou de la *mécanique quantique*. Il s'agit là d'un vaste domaine d'étude qui révèle des faits troublants de réalité subatomique, ou « plus petite qu'un atome », parmi lesquels¹⁰⁵ :

- la masse peut se changer en énergie et l'énergie en masse ;
- le photon, l'unité fondamentale de la lumière, possède des capacités ondulatoires et particulières ;
- la matière, et pas seulement la lumière, possède des capacités ondulatoires ;
- pour chaque particule « ici et maintenant », il existe une antiparticule ;
- un électron et son positron se détruiront l'un l'autre s'ils se trouvent au même endroit au même moment ;
- il existe des particules virtuelles – celles qui n'ont pas d'existence propre ou d'existence permanente à moins qu'on les observe ou les fasse intervenir. Certains physiciens pensent qu'elles apparaissent et disparaissent de l'existence et que, lorsqu'elles se trouvent « ici », elles jouent un rôle essentiel dans le fonctionnement ou la création des forces fondamentales naturelles, de modifications atomiques et d'états de vide ;
- un seul électron ou proton peut se déplacer dans deux ou plusieurs directions au même moment ;
- deux électrons ne peuvent pas se déplacer au même moment en effectuant un mouvement similaire ;
- une fois mises en contact, deux particules ou particules ondulatoires peuvent continuer de s'affecter l'une l'autre, peu importe où elles se trouvent ;
- la même particule peut se déplacer ou sauter dans deux directions différentes au même moment ;

- l'entropie, précédemment définie comme de l'« énergie perdue », peut aussi être qualifiée d'« énergie cachée » qui, si elle se dissimule dans un antimonde ou une « voie non choisie » dans la réalité, pourrait être redécouverte ;
- alors qu'Einstein a affirmé qu'une masse ne pouvait pas se déplacer à une vitesse supérieure à celle de la lumière, des recherches ont montré que la lumière pulsée y parvient sous certaines conditions. La lumière pulsée connaît des intervalles entre ses émissions, alors que la lumière continue ou « habituelle » agit comme un faisceau d'énergie constant. Les espaces entre les flashes lumineux permettent à la lumière de principalement ralentir dans la matière¹⁰⁶.

Une théorie du champ unifié devrait expliquer comment les forces agissant entre les objets sont transmises via des entités ou champs intermédiaires. Voici une partie de la réponse :

Force nucléaire forte : maintient les quarks ensemble, qui se déplacent plus lentement que la vitesse de la lumière pour créer des neutrons et des protons. La particule d'échange est le gluon ;

Force électromagnétique : agit sur des particules chargées électriquement et utilise le photon pour les échanges ;

Force nucléaire faible : responsable de la radio-activité et agit sur les électrons, les neutrinos et les quarks. Elle utilise le boson W, une particule élémentaire ;

Force de gravité : agit sur toutes les particules qui possèdent une masse via le graviton.

Les scientifiques ne sont pas parvenus à introduire la gravité dans leurs élucidations ni à expliquer la matière noire : une matière non-lumineuse qui occupe six fois plus de masse que ne le fait la matière lumineuse. Par conséquent, il ne s'agit pas véritablement d'une théorie unificatrice, quoique les hypothèses suivantes ajoutent des éléments à la compréhension de l'énergie :

Écume quantique : espace-temps trouble aux niveaux les plus infimes, avec un aspect spumeux qui explique certaines contradictions dans le temps et l'espace ;

Théorie des cordes : modifie la définition d'une particule qui n'est plus décrite par un point, mais constituée de cordes ou boucles qui oscillent. Les oscillations créent une masse et ce qui va finalement ressembler à une particule. Ces boucles peuvent relier différentes dimensions entre elles. Plus vous obtenez de charge électrique, plus un champ grossit, en tendant vers l'infini ;

Trous noirs et particules virtuelles : les trous noirs sont censés détenir de l'énergie et ne jamais la libérer. Toutefois, le physicien Stephen Hawking a démontré qu'un trou noir peut théoriquement libérer de l'énergie jusqu'au point de finir par disparaître. La seule explication à cela est l'existence de « particules virtuelles ». Si un électron et un positron (une antiparticule d'électron) voient le jour, ils s'annihilent l'un l'autre. S'ils naissent, par contre, à la frontière entre les zones intérieures et extérieures du trou noir, l'une des particules est happée par le trou et l'autre s'en échappe¹⁰⁷.

LA THÉORIE DU CHAMP DU POINT ZÉRO

La théorie du champ du point zéro cherche également à expliquer l'énergie et l'Univers. L'être vivant, un organisme biophotonique, est enveloppé d'un champ de lumière biophotonique duquel il dépend. Ce champ représente une quasi vacuité, bien qu'il soit saturé de particules et d'ondes quantiques, dont des particules virtuelles ou transitoires. Cet océan de potentialités est sensible à l'intention, à laquelle il répond d'abord à travers les champs subtils de la réalité et, en définitive, au niveau des royaumes physiques.

Nous sommes essentiellement de la « lumière gelée » ou des machines biophotoniques. Via le champ du point zéro, nous sommes imbriqués dans une « réalité non locale » qui pénètre le cosmos. Une *réalité non locale* est indéterminée, absolue et immédiate. Cela signifie que des événements peuvent se produire par l'intermédiaire de forces inconnues, que la puissance d'un événement ne dépend pas de la proximité et que des changements peuvent apparaître instantanément, malgré la distance. Maints physiciens sont en fait arrivés à la conclusion que la réalité est de nature « non locale », puisque deux particules, une fois mises en contact, peuvent être séparées et pourtant agir l'une sur l'autre même à des distances très éloignées¹⁰⁸.

Des études sur les systèmes moléculaires et électriques, abordées dans cette section, montrent que nos facultés d'interaction s'étendent bien au-delà de notre système nerveux et que nous sommes capables de traiter de l'information intuitive, consciente et subconsciente à tous les niveaux.

Le postulat de base de la théorie débute avec l'idée du point zéro, le point où s'interrompt le mouvement atomique. Nous ne pouvons pas parvenir à ce point – mais nous pouvons nous en approcher, comme l'a révélé une expérience menée par des chercheurs, dont Lene Vestergaard Hau, qui ont ralenti la lumière pour l'amener au point mort, à une vitesse « zéro » – ce qui a entraîné sa disparition. Du moins, celle de son empreinte, car elle n'a pas disparu. Elle s'est régénérée sous la stimulation d'une autre lumière¹⁰⁹.

La théorie quantique explique pourquoi le rayonnement continue d'émaner à l'arrière-plan même quand la lumière est immobile. Les particules ne se déplacent pas de manière directionnelle, mais peuvent apparaître et disparaître de l'existence. Où voyagent-elles ? À l'intérieur et à l'extérieur d'un champ du point zéro, qui peut stocker ce qui n'est pas « ici » jusqu'à ce que nous en ayons à nouveau besoin.

Le fait que nous soyons faits de lumière, que le corps lui-même soit un organisme biophotonique a été clairement établi par plusieurs chercheurs, dont Fritz-Albert Popp, et présenté par Lynne McTaggart dans son livre, *Le Champ de la cohérence* universelle¹¹⁰. L'une des découvertes de Popp était que l'ADN constituait en lui-même une réserve de lumière ou d'émissions de biophotons.

Il semble que plus l'ADN d'un organisme émet de photons, plus il peut se positionner haut sur l'échelle de l'évolution. Le champ du point zéro joue un rôle crucial dans l'émanation et la réponse à cette lumière interne. Si un corps de photons absorbe trop ou pas suffisamment de lumière provenant du champ, la maladie se déclare. Popp a conclu que les organismes disposent d'une santé optimale s'ils dépendent d'un minimum d'« énergie libre ». Cela signifie qu'ils s'approchent de leur état zéro, ou néant.

LES CHAMPS NATURELS

Ces champs sont liés à la terre. On les trouve tous dans la nature : la terre, le soleil ou le cosmos. Certains d'entre eux sont présents dans nos corps, et ils affectent tous notre santé. On les subdivise selon qu'ils sont « réels » ou « subtils ». Les champs naturels réels ou mesurables physiquement peuvent, toutefois, émettre des vibrations subtiles. Nombre de ces champs naturels se regroupent sous le nom de *champs géopathiques*, car ils sont générés ou affectés par la terre.

LES CHAMPS NATURELS RÉELS OU MESURABLES

Il existe de nombreux champs naturels. Nous avons déjà décrit le champ électromagnétique, constitué de champs électriques et magnétiques, et présenté le rayonnement électromagnétique.

Outre les membres du groupe électromagnétique dont nous avons déjà parlé (ondes radio, micro-ondes, rayonnement infrarouge, lumière visible, rayonnement ultraviolet, rayons X et rayons gamma), il existe une bande de rayonnement électromagnétique que l'on appelle le *rayonnement térahertz* et qui se situe entre les micro-ondes et le rayonnement infrarouge. Détectés dans les années 1960, les rayons T, comme on les appelle, ne sont pas encore entièrement compris, car ils sont absorbés par la terre à l'état naturel. Des scientifiques ont récemment produit ces rayons via des cristaux supraconducteurs à haute température qui affichent un seul effet : lorsqu'on applique une tension extérieure, un courant oscille entre les plaques de ce cristal à une fréquence proportionnelle à celle de la tension. On analyse les rayons T en vue de leur utilisation dans l'imagerie médicale, la sécurité, la recherche chimique, l'astronomie, les télécommunications et le contrôle de la qualité.

Il existe quatre autres genres de champs actifs bioénergétiquement, présents dans l'environnement naturel de la terre.

LES ONDES DE SCHUMANN

Identifiées pour la première fois par le Professeur W. O. Schumann en 1952, il s'agit d'ondes électromagnétiques se produisant de manière naturelle qui oscillent entre la terre et certaines couches atmosphériques. Ce sont des ondes longues à la fréquence extrêmement basse et considérées comme bénéfiques. La NASA a entrepris des études poussées sur ces ondes, qui participent du rayonnement électromagnétique naturel de la Terre. Elles partagent apparemment la même fréquence que les principaux centres de contrôle du cerveau humain, l'hippocampe et l'hypothalamus. Elles possèdent également les mêmes fréquences que nos ondes cérébrales et présentent un comportement quotidien comparable. Par conséquent, elles aident à réguler les rythmes circadiens du corps ou horloge interne. Les astronautes de la NASA, éloignés de ces ondes, se sentent stressés et désorientés, car les ondes définissent les cycles du sommeil et les fonctions endocrines. La NASA installe à présent des

équipements qui imitent les ondes de Schumann à bord des vaisseaux spatiaux. La sensation de fatigue due au décalage horaire semble également liée à une exposition insuffisante à ces ondes. Plus on s'éloigne de la surface terrestre, plus ces ondes s'atténuent¹¹¹.

LES ONDES GÉOMAGNÉTIQUES

La croûte terrestre comporte 64 éléments. Chacun de ces oligo-éléments œuvre à un niveau vibratoire différent et influencent le champ magnétique terrestre. Une onde géomagnétique est en fait la somme de chacune de ces vibrations élémentaires. Il est intéressant – et important – de noter que les globules rouges présentent la même composition que la croûte terrestre au regard de ces minéraux essentiels, et certains chercheurs suggèrent que l'onde dans son ensemble influence notre système cardiovasculaire¹¹².

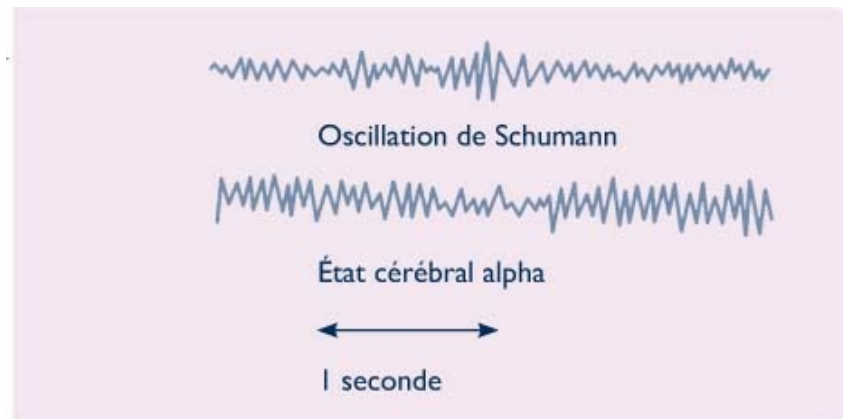


FIGURE 3.3

LA RÉSONANCE DE SCHUMANN

La résonance de Schumann est l'un des nombreux champs magnétiques naturels de la Terre. Ceux-ci influencent le cerveau via la magnétite située à côté de la glande pituitaire, ainsi que via la glande pinéale qui, en retour, affecte le système périméridal et d'autres parties du corps. La première courbe montrée ci-contre est une oscillation de Schumann. La deuxième est une image EEG de l'état cérébral alpha.

LES ONDES SOLAIRES

Les ondes solaires émanent du soleil. La santé humaine dépend de l'absorption des bons types de lumière solaire et dans les bonnes quantités. La lumière solaire influence le système endocrinien et le métabolisme humains, ainsi que les interactions de l'être humain avec les fréquences géomagnétiques. Un manque de lumière solaire affecte grandement la glande pinéale, ce qui mène à la dépression, au stress, à des troubles du sommeil, ainsi qu'à des perturbations des rythmes circadiens, notre cycle corporel naturel.

LES ONDES SONORES

Le son est une énergie vibratoire composée de timbre (tonalité ou qualité), de silence et de bruit, voyageant à 1 239 kilomètres par seconde au niveau de la mer, selon des facteurs de résistance, comme le vent. Les humains ne peuvent entendre qu'un son qui vibre entre 20 et 20 000 Hz, lorsqu'il est perçu par les oreilles sous forme d'impulsions électriques transmises au cerveau. Il peut également être perçu par la peau et acheminé à travers les os et autres tissus¹¹³.

Le son est bien plus lent que la lumière, qui voyage à 300 000 kilomètres par seconde. Il fonctionne toutefois comme un champ, aux qualités particulières et ondulatoires, qui vibre également. En fait, toute matière vibre et, par conséquent, maints chercheurs s'accordent à dire que toute matière

émet du son.

QUELLES SONT CES ONDES AUX CONFINES DES ONDES RÉELLES ET SUBTILES ?

Il existe des ondes difficiles à classer. Elles existent – nous le pensons –, mais on ne les comprend pas bien. Les ondes scalaires se rangent dans cette catégorie¹¹⁴.

LES ONDES SCALAIRES

Les ondes scalaires ont été découvertes par le physicien Nikola Tesla aux alentours de 1900, à travers des expériences qui ont révélé une onde inconnue se déplaçant une fois et demi plus vite que la lumière. On les considère comme des *ondes stationnaires* longitudinales qui sont capables de « creuser un tunnel » dans la matière. Par essence, une onde stationnaire n'est pas absorbée par ce qui l'entoure, contrairement aux autres ondes. Les ondes stationnaires scalaires sont capables d'agir de telle façon que leurs fréquences de résonance n'absorbent ou ne se lient qu'en des circonstances particulières (via certains spins ou fréquences vectorielles par exemple). Certains scientifiques les considèrent comme représentant la base des champs, autant classiques que quantiques, et ainsi donc comme les champs originels de l'Univers.

LES CHAMPS NATURELS SUBTILS

Il existe de nombreux champs naturels subtils liés à la Terre – outre les champs électromagnétiques et les sons qui agissent à la périphérie de la science. En voici quelques-uns.

LES LIGNES TELLURIQUES

Les lignes telluriques sont des lignes d'énergie situées sur ou sous la Terre et qui sont de nature électromagnétique. Elles sont comparables aux méridiens ou aux nadis dans le corps. Ce sont des lignes tracées dans la Terre, mais aussi sur d'autres corps célestes, comme la Lune, les planètes et les étoiles. La Terre est plus affectée par les énergies gravitationnelles des lignes telluriques présentes sur les corps célestes qui lui sont proches.

Les lignes telluriques sont parsemées de points semblables aux points d'acupuncture ou aux chakras. Ils peuvent être électriques, magnétiques ou électromagnétiques. La nature magnétique de certains de ces points le long des lignes telluriques peut expliquer des recherches ayant démontré qu'ils présentent des énergies magnétiques supérieures à l'intensité géomagnétique normale¹¹⁵.

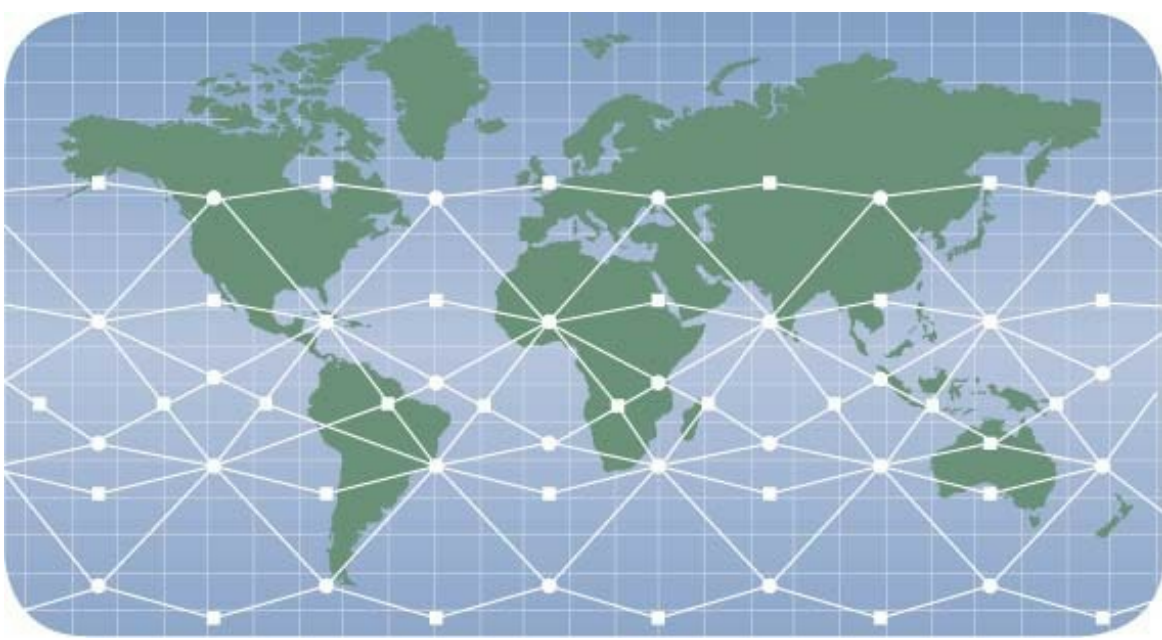


FIGURE 3.4
LIGNES TELLURIQUES MONDIALES

Il est bien connu que les centres sacrés, lieux saints et sites culturels se situent souvent le long des lignes telluriques. Celles-ci sont comparables aux lignes terrestres décrites dans les cultures du monde entier, dont les *pistes chantées* des aborigènes australiens : lignes invisibles auxquelles ils se fient pour parcourir les terres.

LE NŒUD DE HARTMANN

Le Dr allemand Ernst Hartmann a découvert cette grille électromagnétique après la Seconde Guerre mondiale en utilisant un compteur Geiger-Muller. Elle consiste en un réseau de lignes qui sillonnent la Terre du nord au sud et d'est en ouest. Il a découvert que ces lignes présentaient des taux de rayonnement plus importants que l'espace situé au milieu. Ce taux augmentait avant un tremblement de terre et était davantage concentré autour des pyramides et des cathédrales célèbres. L'énergie contenue au centre de ces édifices connus était cependant dépourvue de radioactivité¹¹⁶.

Contrairement aux lignes telluriques, les lignes de Hartmann sont plus proches les unes des autres et alignées avec davantage de régularité. Elles sont espacées les unes des autres d'1 à 3 m et chacune d'elles fait environ 30 cm d'épaisseur. L'épaisseur des lignes s'élargit à la pleine lune, sous l'activité des taches solaires et lors de changements climatiques importants. Elles semblent constituer un rayonnement structuré qui s'élève verticalement du sol.

LE SYSTÈME CUBIQUE DE BENKER

Nommé d'après le chercheur autrichien Anton Benker, le système cubique de Benker se compose de lignes d'énergie espacées d'environ 10 m. Elles ressemblent à des blocs carrés empilés les uns sur les autres. Elles sont alignées magnétiquement du nord au sud et d'est en ouest. De ces blocs émanent des murs d'énergie radioactive d'environ un mètre de diamètre et polarisés positivement et négativement en alternance. Ils sont orientés vers le pôle de la terre. Ce système interpénètre le réseau de Hartmann.

LE RÉSEAU DE CURRY

Le réseau de Curry diffère des nœuds de Hartmann et a été vérifié par les Dr allemands Whitman et Manfred Curry. Il est orienté en diagonale par rapport au réseau d'Hartmann et renferme également de

l'énergie électromagnétique. Les lignes sont espacées de 4 m, mais ne s'élargissent pas durant les cycles lunaires, contrairement aux autres systèmes de grilles¹¹⁷.

LES LIGNES NOIRES

Les lignes noires semblent être générées naturellement, localisées et semblables au *sha* ou lignes d'énergie négative du Feng Shui. Dans le Feng Shui, le *sha* représente le contraire du *qi* ou énergie vitale et sa présence affaiblit l'énergie vitale d'une personne. Dans le système chinois, le *sha* est favorisé par des sources artificielles d'énergie, dont les réseaux ferroviaires et téléphoniques, ainsi que des objets construits avec des lignes droites et rectangulaires, comme les bâtiments.

LE VIVAXIS : ÉNERGIE SUBTILE ÉCHANGÉE ENTRE L'HOMME ET LA TERRE

Il existe un lien énergétique particulier entre l'homme et la Terre qui relie leurs champs respectifs. Appelé le Vivaxis, il est décrit par Judy Jacka, naturopathe, dans son livre *The Vivaxis Connection*¹¹⁸.

D'après Jacka, le Vivaxis est en réalité un point ou une sphère d'énergie, en forme de fœtus, situé sur la Terre là où la mère a passé ses dernières semaines de grossesse. Ce point relie l'être en développement à la Terre, peu importe s'ils sont éloignés. Il agit comme un cordon ombilical invisible et à double sens au cours de la vie d'une personne et se compose d'ondes magnétiques. Tout au long de notre vie, le flux entrant circule verticalement jusqu'à notre hauteur actuelle, puis horizontalement pour pénétrer notre pied gauche, avant de remonter verticalement notre jambe gauche. L'énergie sortante jaillit de notre main droite et s'en retourne au Vivaxis. Selon Jacka, des perturbations se produisant dans la zone géographique du Vivaxis peuvent engendrer le chaos ou des problèmes dans le corps de la personne¹¹⁹.

On considère les énergies vivaxis comme des phénomènes physiques subtils. Ils interagissent avec les chakras et les corps d'énergie éthérique, mais aussi avec tous les réseaux physiques et subtils ainsi que les énergies de la Terre. Les énergies des planètes et de la Terre influencent le corps par le biais du Vivaxis, déterminant même le flux du prana à travers les nadis.

LE RAYONNANT ÉCLAT DES MOLÉCULES

Une recherche d'objets trouvés

Le seul moyen de comprendre réellement l'importance de l'électromagnétisme et des champs est d'analyser le rayonnement moléculaire, la faculté de la molécule à émettre de l'énergie radiante.

Le rayonnement est le nom donné à l'énergie émise par des ondes électromagnétiques. On le considère comme une vraie onde électromagnétique ou un flux de photons (souvenez-vous que l'électromagnétisme se compose de photons dans un champ quantique). Sous ses nombreuses formes, comme l'a montré la *figure 3.1*, l'énergie radiante constitue le fondement de la fonction moléculaire et, par conséquent, elle détient des clés essentielles à la guérison. Les écoles de médecine n'abordent qu'une infime partie des recherches liées au potentiel curatif de l'électromagnétisme ; en fait, nous pouvons dire que ces connaissances se sont « perdues » et sont prêtes à être « retrouvées ».

Au cours de l'histoire, les physiciens se sont passionnés pour un seul aspect de l'électromagnétisme, le *magnétisme*, ce qui sous-tend qu'ils n'ont travaillé qu'avec cette seule partie du spectre électromagnétique¹²⁰. En l'an 1000, un célèbre physicien perse soulagea de nombreux troubles en utilisant des aimants. Au début du XVI^e siècle, le médecin Paracelse rédigea des traités sur la guérison par le magnétisme. L'un des plus célèbres physiciens, le chirurgien français Ambroise Paré, exposa, au début et au milieu du XVI^e siècle, comment les physiciens pouvaient employer la magnétite à usage interne (l'aimant naturel est un élément magnétique). Dans les années 1980, des thérapeutes mélangèrent, en Israël, des antibiotiques à de la poudre magnétique et l'appliquèrent ensuite sur la partie malade du corps. L'aimant achemina le médicament vers le lieu de la maladie et l'y conserva assez longtemps pour en obtenir son traitement¹²¹.

Des chercheurs analysent les effets des thérapies électromagnétiques depuis longtemps. L'un des plus éminents dans ce domaine est le Dr Georges Lakhovsky qui, dans son livre *The Secret of Life*, démontre qu'un rayonnement émane de tout protoplasme. D'après lui, bien que les atomes vibrent, les mécanismes de santé et de croissance relèvent des ondes de rayonnement, qui oscillent à travers le corps. Chaque cellule émet ses propres fréquences ou longueurs d'onde de rayonnement, qui interagissent avec le rayonnement des autres cellules pour garantir la santé. La maladie apparaît lorsque ces fréquences radioactives sont perturbées, entraînant ce que l'on appelle un *déséquilibre oscillatoire*¹²².

En 1926, le Dr George Crile établit dans ses écrits que le rayonnement cellulaire génère en réalité le courant électrique qui maintient l'organisme en un tout. Il soutint que tout problème dans le corps est soumis à des charges électriques générées par un rayonnement à ondes courtes ou ionisant. De plus, il affirma que toute vie se résume à la nature bipolaire de charges positives et négatives¹²³.

Les recherches de Crile sur la nature de cellules anormales, dont les bactéries et les cellules cancérigènes, étayent cette théorie. Il découvrit, par exemple, que le cancer est un mécanisme

bipolaire, au noyau positif et au cytoplasme négatif. Les bactéries agissent en pôles positifs tandis que la lymphe et les tissus assument le rôle négatif. Les bactéries comme les cellules cancérigènes doivent rivaliser avec les cellules de l'organisme pour s'alimenter et attaquer les cellules aux tissus négatifs (et métabolisme plus lent), qu'elles pourront finalement vaincre et « soumettre à leur contrôle¹²⁴».

Le Dr Thomas Punck, biophysicien au Medical Center de l'Université du Colorado, étudia les aspects électriques d'un virus attaquant un type particulier de bactérie, l'*Escherichia coli*. Il découvrit que le virus « subtilise » les charges électriques d'atomes métalliques chargés ou ions dans le liquide baignant les cellules. Une fois qu'il s'est suffisamment « dopé », il s'attaque ensuite à la bactérie. D'autres conditions explorées par le Dr Punck révélèrent que l'on parvenait à la guérison lorsque l'on désactivait les virus en leur appliquant des ions¹²⁵.

Maints procédés ont existé au cours des âges pour soigner les maladies, autant bénignes que graves, basés sur la théorie toute simple de la réalité bipolaire. Beaucoup d'entre eux se sont « perdus », parce que la science médicale – ou son marché – en a dissimulé les recherches ou parfois même interdit l'usage. L'un des procédés les plus connus est la *radionique*, l'utilisation d'une boîte noire pour guérir une personne via ses champs (nous traiterons largement de la radionique dans « La radionique : la guérison par les champs » dans la quatrième partie). Parmi d'autres intéressants procédés qui utilisent cette réalité bipolaire, nous trouvons le microscope de Rife et le Diapulse.

Le Dr Royal Raymond Rife fabriqua de « super » microscopes. Il réalisa le plus important et le plus puissant d'entre eux, le Microscope Universel, en 1933. Constitué de 5 682 parties, il était composé de lentilles, de prismes et d'unités d'éclairage faites d'un bloc de cristal de quartz, le quartz étant transparent aux rayons ultraviolets. Le quartz pouvait polariser la lumière passant à travers le spécimen et la dévier de façon à pouvoir la percevoir sous des rayons infrarouges et ultraviolets extrêmes. Rife fut ainsi en mesure de détecter différents agents pathogènes et organismes par leurs couleurs et leur fréquence. Il élaborait également un générateur de fréquence pour apporter des changements aux spécimens étudiés.

Avec ces instruments, Rife démontra que les microbes dégageaient une lumière ultraviolette invisible. Il fut dès lors capable d'accomplir ce qui suit¹²⁶ :

- désagréger un microbe avec une fréquence à ondes courtes de la valeur correspondante ;
- sauver la vie d'animaux, à qui l'on avait administré des doses létales d'agents pathogènes, en les exposant à de l'énergie électrique dont la longueur d'onde était analogue à la leur ;
- transformer des microbes inoffensifs en agents pathogènes en modifiant l'environnement et l'alimentation.

Rife mit également en évidence dix classes de microbes différentes et montra qu'il pouvait les faire passer d'une forme à l'autre en modifiant tout simplement leur environnement. Les revues médicales ne furent pas autorisées à publier les découvertes de Rife et les médecins qui utilisaient ses instruments se virent bannis des sociétés médicales.

La machine Diapulse connut davantage de notoriété. Développée par Abraham J. Ginsberg, médecin, et Arthur Milinowski, physicien, au début des années 1930, la Diapulse est une unité à ondes ultra-courtes qui utilise les ondes radio à des fins thérapeutiques. Le traitement avec la Diapulse consiste à stimuler le champ électromagnétique en le soumettant à de très courtes impulsions. On peut soumettre ces ondes électromagnétiques à haute fréquence à des tensions élevées

sans brûler les tissus du patient. Des études menées sur des animaux à l'Université de Columbia, entre 1940 et 1941, démontrèrent que de tels traitements étaient efficaces et sans danger, ce que des douzaines d'autres études ont confirmé. Certaines de ces études sur la machine Diapulse ont abouti aux résultats suivants :

- dans la prise en charge des douleurs pelviennes, elle réduit le séjour hospitalier moyen des patients de 13,5 à 7,4 jours ;
- elle favorise considérablement la cicatrisation des plaies ;
- elle réduit significativement l'œdème post-opératoire, ainsi que la douleur qu'il entraîne ;
- elle diminue la douleur, le gonflement et l'inconfort des patients suite à une opération dentaire ;
- elle accélère bien mieux la guérison des escarres que ne le font les méthodes conventionnelles.

Malgré ces résultats, l'Agence américaine chargée des aliments et des médicaments (FDA) interdit le Diapulse en 1972 et ne l'autorisa à nouveau à la vente que dix-sept ans plus tard. On l'utilise actuellement dans maints domaines de traitement holistique, notamment pour le soulagement de la douleur, les problèmes osseux et spinaux et la médecine dentaire.

George Lakhovsky, l'auteur mentionné plus haut, inventa également un étonnant appareil thérapeutique, un oscillateur à ondes multiples, basé sur sa théorie selon laquelle la vie est « l'équilibre dynamique de toute cellule, l'harmonie de rayonnements multiples, qui réagissent l'un par rapport à l'autre »¹²⁷. Son procédé utilisait des ondes électromagnétiques produites par un circuit radio à ondes courtes, ou oscillations de courte longueur d'onde, pour neutraliser des rayons perturbateurs, permettant à des cellules malades – celles présentant des oscillations anormales – de revenir à la normale. Lors d'une étude, Lakhovsky inocula le cancer à des plantes et fut ensuite en mesure de les en débarrasser. Cet appareil lui permit de guérir de nombreuses personnes de cancers « incurables »¹²⁸.

Qu'avons-nous perdu d'autre – que nous devons à présent « mettre en pleine lumière » ?

LES CHAMPS-L ET LES CHAMPS-T

Des partenaires qui composent la réalité

L'on pourrait expliquer la réalité par un simple énoncé, peut-être même par celui qu'offre Steven A. Ross, PhD, fondateur de la World Research Foundation & Library et expert en bioénergie :

« Toute la vie se résume à l'électricité et au magnétisme agissant sur les champs-L et T. Toute matière est bipolaire, maintenue par ces champs invisibles. Tout chant, mantra et méditation affectent ces polarités. Elles déterminent tout malaise, maladie, croissance, déclin et émotion. Vous pouvez améliorer votre vie en interagissant avec ces champs sous-jacents – et, à travers eux, créer, agir et vous rapprocher de Dieu.¹²⁹ »

Les champs-L sont des champs physiques subtils (mesurés électriquement) et les champs-T des champs de pensée. Chacun d'eux fournit le plan et le dessein d'une facette différente de la réalité. Ce sont les deux côtés du miroir, le yin et le yang de la philosophie orientale, la Shakti et le Brahma de la religion hindoue. Ils représentent également les fréquences électrique et magnétique, les deux aspects de la matière qui se combinent pour générer un rayonnement électromagnétique qui nous inonde et nous nourrit en permanence.

Cette force – l'électromagnétisme – sous-tend l'Univers tout entier, mais on ne peut la séparer des champs subtils qui pourraient déterminer ses actions. Le Dr Harold Saxton Burr, l'un des théoriciens les plus éminents dans le domaine de l'énergie, l'énonce de cette façon :

« L'Univers dans lequel nous nous trouvons et dont nous ne pouvons pas nous écarter est un lieu réglé et ordonné. Il n'est pas un hasard ni un chaos. Il est structuré et entretenu par un champ électromagnétique capable de déterminer la position et le mouvement des particules chargées.¹³⁰ »

Le Dr Burr, qui mena ses recherches à l'école de médecine de l'Université de Yale entre 1916 et les années 1950, affirma que toute vie est façonnée par des champs électrodynamiques que l'on peut mesurer en voltmètres. Il leur donna le nom de « champs de vie » ou « champs-L » et les mit en évidence dans plusieurs de ses quatrevingt-dix articles scientifiques, ayant établi qu'ils constituaient le plan architectural de la vie¹³¹. Par une série d'expériences menées sur des plantes et des animaux, et que d'autres chercheurs ont poursuivies, Burr démontra que tout organisme vivant est entouré par ces champs d'énergie subtile. Des modifications du potentiel électrique de ces champs subtils entraînaient des changements au niveau des champs électromagnétiques. Certains de ces changements subtils coïncidaient avec des modifications de l'activité des taches solaires ou des phases de la lune ;

et d'autres étaient liées à l'organisme en question. Enfin, il repéra un champ-L particulier dans un œuf de grenouille, qui se développa plus tard en système nerveux. Chez les humains, il prédit les cycles d'ovulation de femmes, détecta des tissus cicatriciels et diagnostiqua des maladies physiques à venir – et tout cela en analysant le champ-L d'une personne. Ces observations et d'autres amenèrent à penser que le champ-L constituait la source de croissance du corps¹³².

En collaboration avec le Dr Leonard J. Ravitz, du Département de Psychiatrie de Yale, Burr découvrit que certaines techniques électrométriques distinguaient les patients qui pourraient être un jour capables de réintégrer la société de ceux qui en seraient incapables. En bref, il émit l'idée que ces champs étaient morphologiques : ils révélaient et élaboraient peut-être la forme future d'un organisme¹³³. Ravitz conclut plus tard que l'activité émotionnelle et autres stimulations mobilisaient les mêmes réponses électriques et que, par conséquent, les émotions équivalaient à de l'énergie. Ravitz découvrit également que les champs-L disparaissaient complètement avec la mort¹³⁴, en soutenant l'idée qu'ils pourraient être à l'origine de la vie, mais pas l'inverse.

La théorie de Burr fait naître de récentes hypothèses concernant le système énergétique. Par exemple, comme vous le verrez lorsque nous aborderons les méridiens, le Dr Bonghan de Corée a établi que ces canaux énergétiques ou subtils sont morphologiques ; ils forment et modèlent les organes et tissus. Ils œuvrent à l'intérieur et à travers le tissu conjonctif et le système électrique secondaire pointé par le Dr Björn Nordenström ; par conséquent, les méridiens pourraient constituer un type ou une catégorie de champ-L qui agit sur les fréquences électriques du corps pour influencer et alimenter les parties du corps physique.

Le Dr Burr a identifié l'une des moitiés de la nature duelle de la réalité, mais il existe un autre champ qui vient compléter le champ-L. Il s'agit du champ-T, que l'on peut également qualifier de *champ de pensée*.

Le terme *champ-T* découle de l'observation que « la pensée possède les propriétés d'un champ » – selon la définition communément admise d'un champ¹³⁵. Comme nous l'avons vu, un champ agit à travers un milieu, décrit un mouvement et peut transmettre de l'information. Depuis des siècles, des millénaires même, les hommes observent que l'esprit gouverne la matière. L'analyse classique de ce principe est conditionnée comme le sont les effets placebo et nocebo que nous avons abordés précédemment dans le livre : le pouvoir de la conviction pour prendre le contrôle de la réalité physique, de manière positive ou négative. Pendant que Burr élaborait sa théorie des champs-L, d'autres cherchaient la « cause dissimulée derrière les pensées ». Si le corps possède un champ originel – qui le sculpte –, se peut-il que l'esprit dispose de quelque chose qui le maintienne en forme ? Une autre manière de poser cette question est de se demander si la transmission de pensée existe.

Maints chercheurs, à l'époque de Burr et aux suivantes, ont démontré que la pensée peut voyager d'une personne à l'autre. Des études sur des jumeaux séparés mettent en évidence la troublante aptitude de l'un à connaître les pensées, les actes et les sentiments de l'autre¹³⁶. Des chercheurs de l'Institute of HeartMath ont révélé que notre cœur anticipe les événements futurs bien plus tôt que ne le fait le cerveau, en particulier chez les femmes¹³⁷.

Des scientifiques plus avant-gardistes, dont les Dr J. B. Rhine de l'Université Duke et S. G. Soal de l'Université de Londres, nous ont légué un corpus de recherches témoignant de l'existence de la PES¹³⁸. Un autre de ces chercheurs précurseurs, le Dr Robert Rosenthal d'Harvard, a démontré qu'un expérimentateur peut influencer le comportement de rats de laboratoire – une corrélation directe avec

la loi scientifique affirmant que l'observateur affecte l'objet de son observation, et une conclusion menant à la question du « comment »¹³⁹.

D'autres analyses aboutissant à la théorie d'un champ-T tiennent compte d'une histoire de 1959 selon laquelle l'U.S. Navy a utilisé la PES pour communiquer avec des sous-marins en mer¹⁴⁰. À peu près à la même époque, L. L. Vasiliev, professeur de physiologie à l'Université de Leningrad, publiait un ouvrage traitant d'expériences sur la suggestion mentale. Il couvrait quarante années de collaboration scientifique et révélait qu'une personne peut en influencer une autre sans qu'elles soient physiquement en contact, en déclarant sans le moindre doute qu'une « suggestion ou une pensée dans l'esprit d'une personne peut produire un effet dans l'espace chez une autre – c'est là une démonstration classique que la pensée possède les propriétés d'un champ »¹⁴¹. Le nom de *champ-T* émergeait alors pour expliquer ce phénomène.

L'information intuitive – données non prononcées et verrouillées mentalement – se transmet d'une personne à l'autre. La médecine énergétique est largement tributaire d'un praticien captant une image, une impression ou des messages intérieurs qui lui confèrent suffisamment de discernement pour établir un diagnostic ou définir un traitement. Edgar Cayce, célèbre voyant américain, a émis intuitivement des diagnostics exacts à 43 % lors d'une autopsie effectuée sur 150 cas choisis au hasard¹⁴². Le docteur en médecine C. Norman Shealy a mis à l'épreuve l'intuitive et désormais célèbre Caroline Myss, dont le diagnostic s'est révélé exact à 93 %, en ne lui livrant que le nom et la date de naissance d'un patient¹⁴³. Comparez ces statistiques à celles de la médecine occidentale moderne. Une étude récente publiée par Health Services Research a découvert des erreurs de diagnostic significatives pour des cas examinés dans les années 1970-1990, allant de 80 % à moins de 50 %. En reconnaissant que le « diagnostic est une expression de la probabilité », les auteurs de l'article ont souligné l'importance, pour améliorer ces pourcentages, que le médecin et le patient collaborent en mettant leurs données en commun¹⁴⁴.

Un champ transfère de l'information à travers un milieu – jusqu'au point même où la pensée peut produire un effet physique, ce qui suggère donc que les champs-T pourraient précéder ou du moins être à l'origine des champs-L. Une étude, par exemple, a démontré que les personnes pratiquant la méditation depuis longtemps étaient à même d'inscrire leurs intentions sur des appareils électriques. Ceux-ci, après avoir été placés dans une pièce pendant trois mois, une fois que les pratiquants s'étaient concentrés sur eux, ont pu générer des changements dans la pièce, notamment en influençant son pH et sa température¹⁴⁵.

On compare le plus souvent les champs de pensée aux champs magnétiques, car générer une pensée demande une interconnexion, comme celle de deux personnes souhaitant entrer en contact. Selon la physique classique, le transfert d'énergie se produit entre des atomes ou des molécules dans un état énergétique supérieur (plus excités) et d'autres dans un état inférieur ; et si les deux s'équivalent, il peut se produire un échange d'informations équilibré. Si la transmission de pensée existe bel et bien, ce transfert doit pouvoir s'effectuer sans aucun contact physique, pour qu'il soit de nature mentale ou magnétique, et non un aspect de l'électricité. Outre la preuve anecdotique, la preuve scientifique de cette possibilité existe.

En étudiant les semi-conducteurs, matériaux solides dont la conduction électrique se situe entre celle d'un conducteur et celle d'un isolant, le brillant scientifique Albert Szent-Györgyi, prix Nobel en 1937, a découvert que toutes les molécules formant la matrice vivante sont des semi-conducteurs. Plus important encore, il a observé que les énergies peuvent circuler à travers le champ magnétique

sans se toucher l'une l'autre¹⁴⁶. Ces idées pourraient appuyer la théorie selon laquelle, tandis que les champs-L fournissent les plans du corps, les champs-T véhiculent des aspects de la pensée et modifient potentiellement les champs-L, en influençant ou même en prenant le contrôle sur le champ-L du corps¹⁴⁷.

LA POLLUTION DU CHAMP

Le stress géopathique

Le stress géopathique désigne les effets néfastes de champs naturels et artificiels, et du rayonnement de champs physiques et subtils. La recherche scientifique soutient l'existence du stress géopathique, en confirmant que l'exposition constante ou extrême des êtres vivants à des facteurs de stress géopathique peut entraîner chez eux des conséquences bénignes ou graves. Ces problèmes consistent généralement en douleurs corporelles, fatigue chronique, insomnie, troubles cardiovasculaires, irritabilité, difficultés d'apprentissage, stérilité et fausse couche, problèmes de comportement chez les enfants, et même cancer et troubles auto-immuns¹⁴⁸.

On trouve, parmi les exemples de recherches sur le stress géopathique, les études menées par le Dr Hans Nieper, un spécialiste du cancer et de la sclérose en plaques mondialement connu, qui ont montré que 92 % de ses patients atteints du cancer et 75 % de ceux souffrant de sclérose en plaques étaient stressés au niveau géopathique. Le Dr Hager a déterminé la présence de stress géopathique chez les 5 348 patients du cancer qu'il a examinés, et le physicien allemand Robert Endros a analysé, en collaboration avec le professeur K. E. Lotz de l'école d'architecture de Biberach, 400 personnes décédées du cancer pour arriver à la conclusion que 383 d'entre elles avaient été exposées à des défauts ou perturbations géopathiques du champ géomagnétique.

LES CHAMPS NATURELS POLLUÉS : LES CHAMPS RÉELS (MESURABLES)

Il existe deux types de facteurs de stress mesurables. Le premier est le rayonnement électromagnétique. Comme nous l'avons vu, notre corps est composé de champs électromagnétiques, autant physiques que subtils. Une surexposition à de puissantes forces électromagnétiques peut endommager les champs et les tissus à l'intérieur du corps ainsi que les champs qui l'entourent. Cette section abordera en détails certains des effets négatifs de la pollution électromagnétique provoquée par des moyens naturels ainsi qu'artificiels (générés par l'homme).

Les autres sources de pollution du champ mesurable sont la terre et le ciel. Sur terre, le stress géopathique se produit principalement aux points de croisement des lignes d'énergie naturelles de la terre, mais est également provoqué par le rayonnement de l'eau courante souterraine, de certaines concentrations minérales, de grottes souterraines et de lignes de faille. Il s'agit là d'énergies naturelles, mais elles ne sont bénéfiques ni à l'homme ni aux êtres vivants sur le long terme. Des champs d'énergie émanent également de l'espace et peuvent, eux aussi, perturber le système électromagnétique de notre corps. Cette section exposera également de façon détaillée certains des problèmes découlant de facteurs de stress planétaires.

LA POLLUTION DU SPECTRE ÉLECTROMAGNÉTIQUE

La surexposition à l'un des principaux types de rayonnement électromagnétique peut s'avérer dangereuse, voire mortelle. Le rayonnement peut être naturel, généré par des champs terrestres ou

cosmiques, ou provoqué artificiellement. Voici une liste de quelques dangers auxquels ils nous exposent et des genres de dégâts qu'ils peuvent occasionner.

Les champs électrostatiques : un choc électrique, impliquant le contact avec une tension suffisamment haute pour provoquer la propagation d'un flux de courant à travers les muscles ou dans les cheveux. Il peut entraîner une fibrillation cardiaque, des brûlures, des troubles neurologiques et la mort.

Les champs magnétiques : sous de mauvaises conditions, l'imagerie par résonance magnétique (IRM) peut s'avérer dangereuse ou mortelle : par exemple, si on l'utilise en présence de certains défibrillateurs ou implants. D'autres recherches suggèrent que la pollution magnétique constitue un problème sérieux (voir chapitre 24, « Le pouvoir du magnétisme », pour de plus amples explications).

Le rayonnement à fréquences extrêmement basses (ELF, de l'anglais *Extremely Low Frequency*, N.d.T.) : certaines recherches ont montré que l'exposition à des niveaux élevés d'ELF peut provoquer une série de maladies ou de problèmes critiques. En réalité, l'exposition constante aux lignes à haute tension et aux appareils électriques, pour ne citer que quelques-unes des sources ELF, préoccupe tellement de monde que l'on a inventé le terme d'*électro-pollution*. Des études ont prouvé que des personnes vivant à proximité de lignes à haute tension voyaient augmenter leur chance de développer une leucémie, pour les adultes comme pour les enfants¹⁴⁹. En outre, certains réseaux d'alimentation électrique génèrent un champ magnétique qui pourrait modifier le flux d'ions de calcium, l'un des conducteurs d'ions, d'une manière néfaste pour le corps¹⁵⁰. L'on s'inquiète également du rayonnement ELF émanant d'appareils branchés, qui utilisent plus de 70 % de leur puissance lorsqu'ils sont en veille, et non pas simplement quand ils sont en marche.

La fréquence radio : il existe de nombreuses sources d'ondes radio, certaines naturelles (telles que la foudre) et d'autres générées par l'homme. Les lignes à haute tension émettent des ondes radio à basses fréquences, et les téléphones cellulaires envoient des ondes radio dans toutes les directions. On pense que les ondes radio à hautes doses provoquent le cancer et d'autres troubles¹⁵¹. Les téléphones cellulaires représentent le danger potentiel le plus récent. Lorsque vous parlez dans votre téléphone mobile, il transmet votre voix à une fréquence se situant entre 800 et 1 990 MHz, celle du rayonnement micro-onde. Entre 20 et 60 % de ce rayonnement sont transférés dans votre tête, en pénétrant votre cerveau d'environ quatre centimètres¹⁵².

La lumière visible : trop de lumière visible naturelle peut endommager la rétine. Des problèmes provoqués par des sources artificielles découlent de l'utilisation inappropriée de la lumière laser et de l'emploi d'ampoules et de tubes fluorescents qui n'exploitent pas le spectre lumineux complet¹⁵³.

La lumière ultraviolette : la lumière ultraviolette se situe juste en-dessous de la longueur d'onde de la lumière visible et comporte certains des mêmes dangers que d'autres rayonnements ionisants, dont les coups de soleil, le cancer de la peau et les lésions oculaires¹⁵⁴.

Les rayons gamma : les rayons gamma peuvent détruire les cellules vivantes. Ils constituent à ce

titre un précieux traitement dans la suppression des cellules cancérigènes, bien que les effets secondaires entraînent des problèmes au niveau des parois de l'estomac, des follicules pileux et de la croissance du fœtus. Les rayons gamma retardent le processus de division des cellules¹⁵⁵.

La lumière infrarouge : le danger le plus évident d'une surexposition est la brûlure de l'œil et de la peau.

Les micro-ondes : au contraire de l'énergie micro-onde émise par le soleil, les effets de l'utilisation de micro-ondes en cuisine préoccupent maints chercheurs et consommateurs. Le chercheur Dr Ing Hans Hertel, par exemple, a découvert que les aliments soumis aux micro-ondes provoquaient des anomalies sanguines semblables à celles qui sont à l'origine du cancer. L'Association Suisse des Fabricants et Fournisseurs d'Appareils Électroménagers lui a interdit de partager ses découvertes¹⁵⁶.

Les rayons X : utilisés pour fournir une image des os et des organes internes, les rayons X peuvent représenter un risque de développer une mutation de l'ADN ou un cancer¹⁵⁷.

LA POLLUTION PAR LES CHAMPS NATURELS PHYSIQUES

Ce paragraphe vous livre des exemples des différents types de pollution provoqués par des champs naturels physiques. Nous avons abordé plusieurs d'entre eux précédemment dans cette section.

Le stress solaire : le stress solaire est provoqué par des éruptions solaires (taches solaires) et des orages magnétiques, et on lui prête l'effet d'accroître les insuffisances cardiaques¹⁵⁸. On pense que c'est dû à l'influence de l'activité solaire sur le champ géomagnétique terrestre.

Les champs géomagnétiques : tout être vivant dépend du champ géomagnétique de la terre, mais chacun de nous doit l'accueillir en quantité adéquate pour éviter que notre santé et notre bien-être en pâtissent. Le chercheur Wolfgang Ludwig a découvert qu'un déséquilibre entre les ondes géomagnétiques et la résonance de Schumann provoque un micro-stress chez les créatures vivantes. D'un point de vue oriental, le yang des ondes de Schumann et l'input yin des ondes géomagnétiques doivent s'harmoniser pour garantir le bien-être¹⁵⁹.

Le stress géopathique et le Vivaxis : le Vivaxis, énergie subtile qui relie les êtres vivants à la terre, peut engendrer des perturbations ou même une maladie dans le corps si celui-ci est soumis à des conditions énergétiques anormales ou malsaines, comme une pollution magnétique ou électrique. Vous trouverez davantage d'informations sur la question dans le livre de Judy Jacka, *The Vivaxis Connection*.

LA POLLUTION PAR LES CHAMPS NATURELS SUBTILS

Les champs naturels subtils ne sont pas toujours sans danger. Une surexposition à un quelconque des domaines énumérés ci-après peut entraîner des problèmes. Nous avons présenté précédemment, dans cette section, la plupart des sujets de cette liste.

Les ruisseaux noirs : le rayonnement associé à ces veines d'eau souterraine s'intensifie souvent

durant l'activité des taches solaires et avec les éclairs. D'autres failles géologiques provoquent des effets similaires et émettent également des taux élevés de gaz radon, qui empoisonne et affaiblit le système immunitaire.

Les lignes de Hartmann : les lignes sont alternativement chargées positivement ou négativement, leur intersection est donc soit « doublement positive » soit « doublement négative ». Les points de croisement mettent le système nerveux à rude épreuve et peuvent perturber nos champs électromagnétiques¹⁶⁰. On peut expliquer l'autre stress que les lignes engendrent par le principe du yin et du yang. Les lignes yin (nord/sud) sont froides et correspondent aux maux hivernaux, dont les crampes, l'humidité et les formes de rhumatisme. Les lignes yang (est/ouest) sont liées au feu et peuvent causer des inflammations. Selon les cycles saisonniers, ces énergies à « puissance double » peuvent entraîner ces problèmes symptomatiques. Le Dr Hartmann a également suggéré que la surexposition à ces lignes réduisait la capacité du système immunitaire à se défendre contre des bactéries nuisibles. Il a constaté une augmentation du risque de cancer chez des personnes vivant ou travaillant sur ces lignes.

Le système cubique de Benker : les points d'intersection des blocs cubiques sont de puissantes zones géopathiques, censées endommager le système immunitaire en cas d'exposition prolongée.

Les lignes de Curry : certains experts pensent que les lignes de Curry sont électriques et que ces lignes génèrent des charges doublement positives, doublement négatives ou une de chaque aux intersections. Le Dr Curry pensait que les points de croisement chargés positivement entraînaient une accélération de la division cellulaire et peut-être une plus forte chance de développer un cancer, alors que les zones négatives pouvaient provoquer des inflammations.

UNE THÉORIE SUR NOTRE SITUATION ACTUELLE

Quelle est la cause de notre niveau actuel de stress géopathique ? Pourquoi tant de maladies résultent-elles d'un stress du champ ? Certaines raisons se distinguent des autres.

Premièrement, le champ magnétique naturel de la Terre a diminué en puissance avec le temps. Il y a à peu près 4000 ans, il générait entre 2 et 3 gauss tandis que son intensité n'est aujourd'hui que d'environ $\frac{1}{2}$ gauss, ce qui implique une réduction de presque 80 %¹⁶¹. Au niveau microscopique, la baisse du champ magnétique terrestre diminue l'intensité de la charge des particules subatomiques, en réduisant la charge totale des atomes. Les corps vivants dépendent des atomes et molécules chargés pour se comporter en supraconducteurs ou pour supporter le flux de nutriments et de messages parcourant le système nerveux et les systèmes liquides du corps. Non seulement le système nerveux principal de l'être humain, dont le cerveau et le système nerveux central, requiert cet équilibre ionique, mais c'est également le cas du système électrique secondaire qu'a découvert Björn Nordenström. Ce système nerveux secondaire interagit apparemment avec les méridiens et les nadis. Par conséquent, une puissance magnétique insuffisante affecte de manière défavorable les champs et corps subtils humains.

Deuxièmement, un rayonnement produit artificiellement peut causer un tort considérable aux organismes vivants, et nous bombardons pourtant la planète d'une pléthore de champs magnétiques et électriques générés par l'homme, ainsi que d'une quantité astronomique d'ondes radio, de micro-ondes et d'autres rayonnements.

LE POUVOIR DU MAGNÉTISME

Le magnétisme comporte de bons et de mauvais côtés. Le corps humain nécessite de s'exposer aux champs magnétiques et en génère lui-même. Mais abuser des bonnes choses aura un impact négatif sur les systèmes physique et subtil de l'homme, en entraînant des maux physiques comme des problèmes mentaux et émotionnels. Cette section explore les nombreux rôles que le magnétisme joue dans notre vie.

LE CORPS MAGNÉTIQUE

Nous devons beaucoup de notre compréhension des effets du magnétisme et des champs magnétiques au Dr Robert Becker, pionnier de la recherche sur la bioénergie. Becker a utilisé l'électricité et les champs magnétiques pour stimuler la régénération d'os cassés ; ses découvertes ont mené à l'invention de nombreux appareils électriques employés en médecine moderne. Au cours de ses recherches, il constata également la présence, au sein du corps, d'un système de contrôle électrique à courant continu (CC).

Les découvertes de Becker ont donné suite aux recherches du Dr Harold Burr, l'initiateur de la théorie des champs-L. Les études de Becker ont détecté un système de contrôle électrique unique – semblable à celui qu'expose Burr – qui s'avère crucial pour guérir comme pour accéder à divers états de conscience¹⁶².

Becker a défini que, lorsqu'un sujet se trouve dans un état modifié de conscience (comme sous anesthésie), son corps manifeste des modifications électriques. Cette découverte met en corrélation les états de conscience avec un système CC servant de voie alternative aux messages électriques transmis entre le cerveau et les systèmes locaux de guérison cellulaire. Ce système électrique, par exemple, s'activerait si une partie du corps était blessée et se désactiverait lorsque la région est guérie.

Becker a découvert que ce système transmettait de l'information via les membranes des *cellules gliales*. On considère généralement les cellules gliales comme des composants du système de soutien des nerfs et du système nerveux central. Le cerveau compte dix à cinquante fois plus de cellules gliales que de neurones, dont le nombre avoisine les 100 milliards.

Alors que la science affirme que les cellules gliales ne conduisent pas l'électricité, les travaux de Becker contestent cette idée. Il a découvert qu'en réalité, les membranes gliales fluctuent en charge et en intensité électriques. En fait, Becker a constaté que l'intensité peut se modifier lorsqu'on la soumet à des champs d'énergie externes, en particulier des champs magnétiques¹⁶³.

Tout être vivant baigne dans un champ magnétique de fond qui vibre à 7,8 cycles par seconde, une oscillation comparable à l'état cérébral alpha/thêta. Comme nous l'avons vu dans la deuxième partie,

notre cerveau contient des substances détectrices de magnétisme. Le système CC humain, probablement en contact avec certaines de ces matières détectrices de magnétisme, permet à chacun de nous de « se brancher » sur les fréquences géomagnétiques de notre environnement, ce qui stimule en retour les ondes cérébrales alpha/thêta¹⁶⁴.

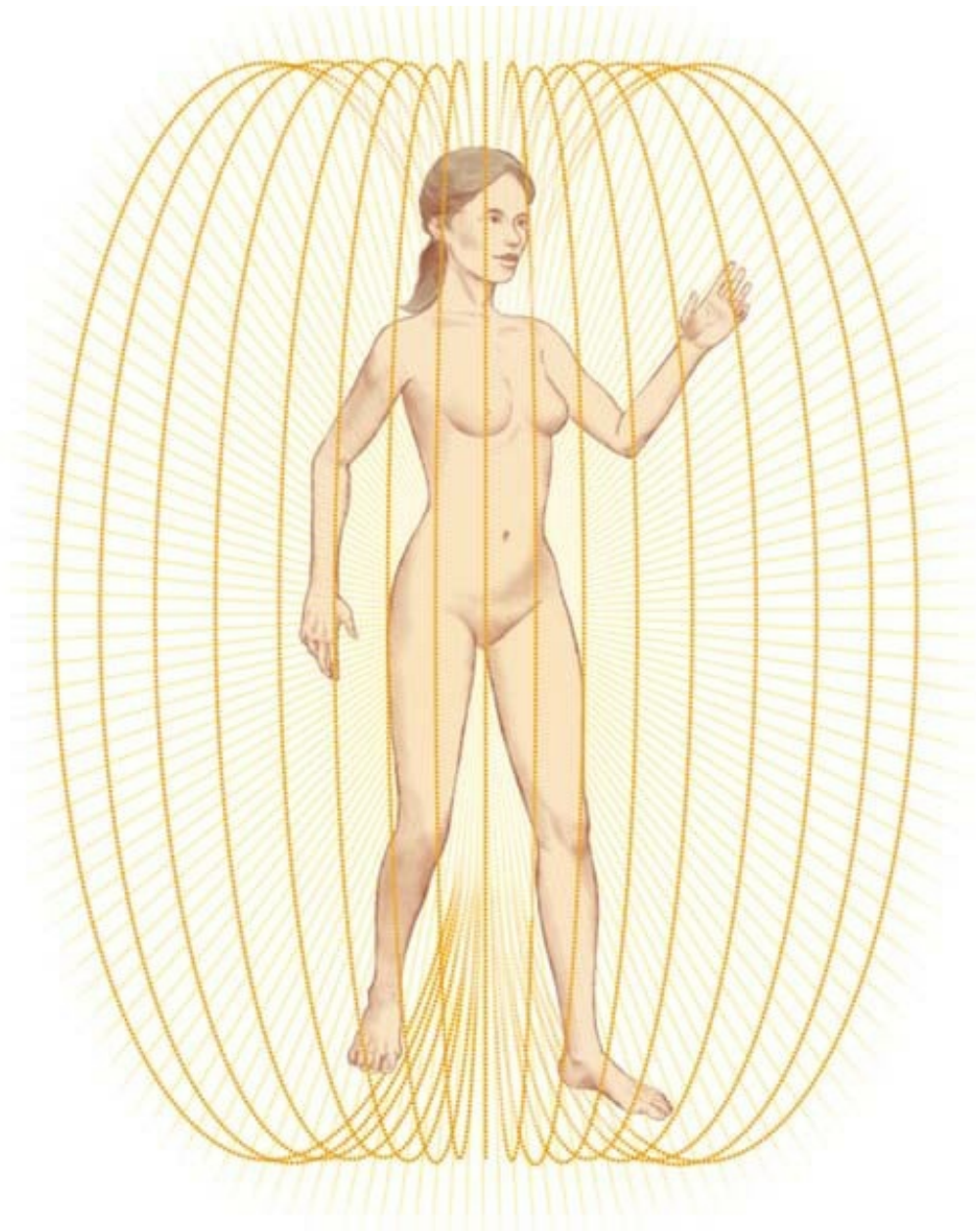


FIGURE 3.5
LE CHAMP MAGNÉTIQUE DU CORPS

Les travaux de Becker rejoignent ceux du Dr Björn Nordenström, qui a constaté que les humains possédaient un système électrique secondaire opérant entre le tissu conjonctif et le système cardiovasculaire. Nordenström a démontré que le flux d'ions circulant entre les cellules endommagées et les parois des vaisseaux sanguins, en particulier le flux de courant parcourant et provenant d'une région blessée, engendre des effets électriques semblables à ceux d'une pile, qui stimulent la régénération. Nordenström nous a fourni la preuve que les organismes vivants sont des systèmes de champs électromagnétiques. Modifiez les propriétés électriques du corps et vous altérerez sa santé, de manière négative ou positive. Les recherches de Becker ont montré que les cellules possèdent des propriétés semi-conductrices – comme celles que présentent les circuits

électroniques intégrés. Cette découverte signifie que nos corps sont en réalité de « mini-microcircuits », des circuits intégrés qui fonctionnent à partir de semi-conducteurs.

NOS MULTIPLES CHAMPS : DES SEMI-CONDUCTEURS

Aujourd'hui, les ingénieurs recourent volontiers à des semi-conducteurs parce qu'ils réagissent aux champs électriques ; en contrôlant ces champs électriques, ils peuvent contrôler les effets de l'électricité ainsi que les champs magnétiques produits par les champs électriques. Si les êtres vivants sont des semi-conducteurs – ou possèdent ces propriétés –, on peut également contrôler les champs magnétiques pour induire des résultats bioélectriques.

Ce principe suggère aux thérapeutes un scénario simple : modifions notre champ magnétique et altérons ainsi notre santé – sauf que chacun de nous est composé de millions, voire de milliards de champs. Comme l'a écrit le Dr William Tiller, scientifique et auteur, chaque niveau subtil d'une substance produit une émission radioactive, tout comme chaque cellule, organe ou système physique du corps génère un champ. Nos chakras, nos méridiens, nos corps d'énergie subtile et peut-être même nos pensées génèrent un champ d'ondes stationnaires ou un champ aurique. Ajoutez-y les milliards de cellules et vous aurez un nombre assez important de champs magnétiques. Mais suivons Tiller, qui souligne le fait qu'il existe un fourreau aurique autour du corps pour « chaque corps subtil que possède l'être humain », et que le nombre de champs se multiplie de manière astronomique¹⁶⁵. Et les changements que connaît la Terre autour de nous, ainsi que ceux que nous provoquons en elle, affectent les biochamps immensurables, tous nécessaires à notre bien-être.

L'un de nos plus importants champs magnétiques humains est l'aura, liée énergétiquement aux chakras et dont nous parlerons dans cette section. De nombreuses pratiques thérapeutiques consistent à altérer le champ magnétique pour susciter des modifications internes. La plupart des pratiques de guérison à distance, notamment la prière, manipulent par ailleurs les champs magnétiques, ou auras, d'autrui. L'utilisation d'aimants à des fins curatives offre également des méthodes permettant d'altérer les champs intérieurs et extérieurs du corps, et donc la santé.

AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS

Certains champs ou intensités de champs magnétiques comportent des effets bénéfiques, d'autres pas. Les champs magnétiques peuvent altérer les cellules nerveuses et le flux CC, en entraînant une atténuation de la douleur semblable à celle d'une anesthésie. Ils peuvent également modifier le flux d'ions de calcium parcourant un tissu, tel un muscle, en augmentant ainsi la circulation sanguine locale et l'apport d'oxygène aux tissus. On a par ailleurs utilisé des aimants pour localiser des médicaments anticancéreux¹⁶⁶.

Chaque être vivant requiert un taux de magnétisme adéquat. Le *syndrome de déficience du champ magnétique* traduit une exposition limitée au champ géomagnétique. Un groupe de recherches japonais, supervisé par le Dr Kyoichi Nakagawa, a démontré que certains types de maux frappant les citoyens japonais pourraient avoir pour origine les charpentes en acier utilisées dans la construction des grands immeubles. Ces structures formaient apparemment un écran coupant les habitants du champ géomagnétique naturel¹⁶⁷.

Ce qui peut aider peut également nuire. On a, par exemple, associé l'exposition aux champs magnétiques au risque de fausse couche¹⁶⁸. Les preuves montrent que l'exposition à des champs magnétiques de 60 Hz à des forces de 3 mG ou supérieures entraîne une augmentation significative de nombreux types de tumeurs malignes, en particulier celles touchant les tissus présentant un taux

rapide de réplication cellulaire, tels que la moelle osseuse et le tissu lymphoïde¹⁶⁹. Des recherches menées par le Dr Robert Becker ont également constaté une augmentation des comportements schizophrènes et psychotiques liée à des pics d'activité géomagnétique anormale¹⁷⁰.

Nos demeures sont également sensibles aux facteurs de stress géomagnétique, comme le révèlent les recherches menées par Ludger Meersman, spécialiste de la géobiologie. Des zones de champs géomagnétiques d'intensité faible ou élevée traversaient les lits d'individus malades, tandis que les champs magnétiques se répartissaient de manière homogène le long des lits de la plupart des individus en bonne santé. Les taux les plus anormaux enregistrés correspondaient à la partie malade du corps du patient. Un champ géomagnétique élevé, par exemple, pourrait se manifester à l'endroit où le corps présente un cancer ou une affection arthritique.

SALUTAIRES OU NUISIBLES ?

L'une des nombreuses raisons de ces problèmes qui nous frappent est que l'exposition à des champs magnétiques CC de plusieurs centaines de gauss accroît le nombre de cellules gliales, comme l'a montré une étude menée en 1966 par les Dr Y. A. Kholodov et M. M. Aleksandrovskaya à l'Académie russe des Sciences de Moscou¹⁷¹. Ces études et d'autres encore suggèrent que les intensités magnétiques altèrent les cellules gliales, qui se connectent ensuite aux neurones. Le corps réagit donc à des situations telles que des modifications du champ géopathique – celles que l'on provoque artificiellement dans l'environnement – ainsi que, pour citer le Dr Robert Becker, « des champs produits par d'autres organismes »¹⁷².

Une autre explication au fait que les champs magnétiques comportent des effets aussi bien positifs que négatifs est qu'un aimant n'induit pas seulement *un*, mais *deux* effets sur un organisme vivant, chacun d'eux étant stimulé par les deux formes d'énergie transmises par les pôles nord et sud. Des recherches menées par les Dr Albert Roy Davis et Walter C. Rawls, Jr., décrites dans leurs livres *Magnetism and Its Effects on the Living System* et *The Magnetic Effect*, révèlent que ces effets sont physiques, mais également liés à la conscience ou à la PES. La Terre produit les mêmes effets car elle constitue elle-même un gigantesque aimant¹⁷³.

En fait, le pôle sud d'un aimant accélère le taux de croissance cellulaire et l'activité biologique, en rendant les tissus plus acides, alors que le pôle nord inhibe le taux de croissance et l'activité biologique, en augmentant l'alcalinité. Davis et Rawls ont réduit des tumeurs en les soumettant à un pôle de magnétisme nord et sont parvenus à augmenter la taille de celles-ci au moyen d'un pôle de magnétisme sud. Ces applications de pôle de magnétisme nord ont également réduit la douleur et l'inflammation ainsi que ralenti le processus de vieillissement des animaux examinés.

FIGURE 3.6

LES FORMES DU MAGNÉTISME

Dans son livre *A Practical Guide to Vibrational Medicine*, le Dr Richard Gerber met en évidence de nombreuses formes de magnétisme¹⁷⁴. Voici une brève description de chacune, accompagnée d'un échantillon de ses effets.

Magnétisme	Effets
Ferromagnétisme (implique le fer)	Peut renforcer les effets du pôle nord
Électromagnétisme (produit par les flux/courants d'électrons)	Effets positifs et négatifs

Biomagnétisme (généré par les courants ioniques et l'activité cellulaire)	Peut révéler des signes pathologiques
Magnétisme animal (découle du qi et du prana)	La force vitale est d'un magnétisme subtil ; décèle l'activité éthérique
Magnétisme subtil (provient des chakras, de l'aura et des corps subtils)	Gouverne les formes pensées (champs-T)
Paramagnétisme (attraction de champs puissants)	Favorise la croissance des plantes
Diamagnétisme (répulsion par des champs puissants)	Inconnus
Géomagnétisme (provient de la Terre)	Nécessaire à la vie ; peut provoquer un stress géopathique
Magnétisme solaire (provient du Soleil ; subtil et solaire)	Affecte le champ géomagnétique ; augmente les crises cardiaques et est nécessaire à la vie
Magnétisme cosmique et stellaire (courants magnétiques subtils provenant de la galaxie)	Affecte le corps astral et les chakras

En ce qui concerne la PES, Rawls et Davis ont découvert que le « troisième œil », ou sixième zone chakrique du cerveau, stimule la vision ou conscience intérieure. Des sujets ont connu une amplification de cette faculté, ainsi qu'une sensation de paix et de calme, en portant un aimant dans leur paume gauche ou à l'arrière de leur main droite. En 1976, Davis et Rawls ont été nommés pour le prix Nobel de physique médicale.

En résumé, le flux électrique dans le corps est entretenu par certains ions, comme le sodium, le potassium, le calcium et le magnésium. Des déséquilibres dans ces matières essentielles peuvent entraîner des maladies – et résulter de maladies. Ces déséquilibres altéreront l'activité électrique du corps et donc l'apparence réelle – forme et composition – des divers champs magnétiques et auriques à l'extérieur du corps. Cela pourrait expliquer la capacité de certains « lecteurs d'aura » à utiliser leurs facultés psychiques pour percevoir des problèmes profondément ancrés dans le corps bien avant que la technologie médicale ne les détecte, ainsi que la capacité inverse de guérir l'aura et, par conséquent, le corps. Le lien existant entre les méridiens et le système électrique du corps, comme le propose Nordenström, fournit également une explication à la guérison via les méridiens et points d'acupuncture. Les cellules gliales jouent aussi un rôle majeur dans le microcircuit du corps, en recueillant de l'information du spectre magnétique à l'intérieur et à l'extérieur de lui, ce qui ajoute une autre dimension aux découvertes de Nordenström.

Nordenström a mis en pratique ses théories pour soigner le cancer, en envoyant des charges électriques dans une tumeur pour la réduire. Qu'ont découvert Rawls et Davis si ce n'est l'un des concepts premiers de la guérison ? La polarité s'inscrit dans chaque aspect de la vie. Les êtres humains sont électriques et magnétiques, yin et yang, et la santé dépend du maintien d'un juste équilibre de chaque pôle. Les êtres humains sont des champs-L, activés par l'électricité. Et ils sont aussi des champs-T, stimulés par le magnétisme. Via la bipolarité « L » ou électrique, les hommes génèrent la vie, le mouvement et l'activité. Via la bipolarité « T » ou moi magnétique, nous attirons

ce dont nous avons besoin et ce que nous pouvons devenir. Nous sommes tissés de l'étoffe de la pensée – et de la matière.

LA GUÉRISON PAR IMPOSITION DES MAINS ET À DISTANCE

La preuve de l'existence de champs subtils et d'une réalité non locale

La guérison à distance est un concept et une réalité bien connus des thérapeutes des énergies subtiles, et même des guérisseurs spirituels, qui recourent à la prière et à la pensée positive pour induire la guérison chez des personnes qui ne sont pas présentes géographiquement parlant. De nombreuses preuves soulignent son efficacité. On peut l'expliquer par la connectivité énergétique, qui suppose la présence de champs générant ces connexions à travers ce que l'on appelle une « réalité non locale ».

Des études sur des professionnels du toucher thérapeutique ont constaté des résultats positifs dans des domaines comme le soulagement de la douleur¹⁷⁵. Dans son article recensant soixante et une études de ce genre, le Dr Daniel J. Benor, médecin respecté et auteur sur la bioénergie, affirme que « la distance, même des milliers de kilomètres, ne semble pas limiter les effets du traitement »¹⁷⁶.

Le toucher thérapeutique est une pratique énergétique par imposition des mains qui se sert du champ énergétique pour stimuler la capacité naturelle du corps à guérir. On y recourt actuellement dans des hôpitaux et cliniques du monde entier et on l'enseigne dans les universités, les écoles de médecine ou de soins infirmiers et dans d'autres cadres. Des recherches sur son efficacité dans plus de seize domaines indiquent que la guérison physique est possible par l'intermédiaire des biochamps¹⁷⁷.

Une étude en particulier a évalué l'effet du toucher thérapeutique sur les propriétés du pH, équilibre oxydo-réducteur, et sur la résistance électrique des liquides corporels, ces facteurs étant liés à l'âge biologique. Avant un traitement, l'âge (déterminé mathématiquement) du groupe soumis au toucher était de 62 ans ; après le traitement, il était descendu à 49¹⁷⁸.

Comment de telles méthodes fonctionnent-elles ? Il est difficile de pouvoir y répondre de manière précise, mais une explication plausible est que les champs d'énergie peuvent s'entrecroiser et s'interconnecter d'une personne à l'autre. On sait que les biochamps existent parce qu'ils ont été mis en image par la technologie moderne, notamment par la photographie Kirlian, l'imagerie de l'aura et la visualisation des émissions de gaz. De plus, ces équipements font apparaître des différences considérables au niveau des champs avant et après les traitements énergétiques¹⁷⁹. D'autres recherches définissent la capacité d'une personne à en affecter une autre via ces champs. Des études menées à l'Institute of HeartMath en Californie ont, par exemple, révélé que le signal électrocardiographique (cœur) d'une personne peut être enregistré dans l'électroencéphalogramme (EEG, mesurant l'activité cérébrale) d'une autre personne et ailleurs sur le corps de cette dernière. Un signal cardiaque d'un individu peut également s'enregistrer dans l'EEG d'un autre alors qu'ils sont assis tranquillement l'un en face de l'autre¹⁸⁰.

Cette interconnexion des champs et de l'intention représente le mariage de la théorie de l'énergie subtile et de la physique quantique. Comme le souligne le Dr Benor, Albert Einstein a déjà démontré que la matière et l'énergie sont interchangeables. Depuis des siècles, les thérapeutes signalent l'existence de champs d'énergie subtile qui s'interpénètrent et qui entourent le corps. Ces champs à la structure hiérarchique (tout comme leur vibration) affectent chaque aspect de l'être humain¹⁸¹.

Les études montrent que les états de guérison recourent à tout le moins aux champs biomagnétiques subtils. L'une d'elles a utilisé, par exemple, un magnétomètre pour évaluer les champs magnétiques émis par les mains de personnes pratiquant la méditation et de praticiens de yoga et de Qigong. Ces champs s'avéraient mille fois plus puissants que le champ biomagnétique humain le plus puissant et pouvaient être classés dans la même catégorie que ceux utilisés dans les laboratoires de recherche médicale pour accélérer la guérison de tissus biologiques – même de lésions que l'on n'avait pu réparer en quarante ans¹⁸². Une autre étude encore, s'appuyant sur un interféromètre quantique supraconducteur (SQUID), a mis en évidence des champs magnétiques à haute fréquence pulsée émanant des mains de professionnels du toucher thérapeutique pendant les traitements¹⁸³.

Bien que ces champs s'étendent bien au-delà du corps physique, la physique quantique explique comment le champ d'une personne peut interagir avec celui d'une autre à des milliers de kilomètres de distance. Comme nous l'avons vu au chapitre 19, « Deux théories du champ unifié », tous les êtres vivants sont reliés dans une réalité non locale. Une fois mises en contact, deux particules peuvent s'affecter l'une l'autre au-delà de l'espace et du temps. Via une intention, notre champ personnel peut interagir avec le champ d'une autre personne et échanger de l'information de manière instantanée. Des recherches sur la résonance et le son montrent que si les êtres vivants exploitent ou dégagent des vibrations semblables, l'un peut affecter l'autre.

Une autre série d'études laissent entendre qu'un échange d'énergie et d'intention se produit au niveau de la plage supérieure du spectre électromagnétique. Des études répétées révèlent une diminution significative des rayons gamma chez des patients durant des pratiques de guérison alternatives. Cela indique que l'émetteur gamma du corps, une forme de potassium, régule le champ électromagnétique environnant¹⁸⁴.

Les rayons gamma se matérialisent quand une matière (telle un électron) et son pendant l'antimatière (un positron) s'annihilent lorsqu'ils se rencontrent. Comme nous l'avons vu, l'antimatière possède une charge et un spin inverses à ceux de la matière. Lorsque les électrons et les positrons entrent en collision, ils libèrent des types de rayons gamma particuliers. Il y a des années, Nikola Testa a émis l'idée que les rayons gamma que l'on trouve sur Terre émanaient du champ du point zéro¹⁸⁵. Bien qu'il apparaisse comme étant un vide, ce champ est en réalité assez chargé, et sert de carrefours aux particules virtuelles et subatomiques ainsi qu'aux champs. Lorsque nous pratiquons la guérison, il est possible que nous exploitons en réalité ce point zéro ou champ universel, en déplaçant son énergie par l'intention.

Une autre théorie postule que nous avons accès à des *champs de torsion*, champs qui voyagent à une vitesse 10^9 fois supérieure à celle de la lumière. On pense que ces champs communiquent des informations sans transmettre d'énergie et sans le moindre intervalle de temps¹⁸⁶. Une partie de cet effet hypothétique se base sur la définition du temps en tant que vecteur d'un champ magnétique. Quand les champs gravitationnels et de torsion opèrent dans des directions opposées, on peut imaginer que le champ de torsion altère les fonctions magnétiques et donc le vecteur temps. Superposé à une zone spécifique d'un champ gravitationnel, il pourrait aussi réduire l'effet de la

gravité à cet endroit¹⁸⁷.

Ces champs de torsion ont été analysés par Peter Garaiev et Vladimir Poponin, scientifiques russes qui ont découvert que les photons circulent le long de la molécule d'ADN en décrivant des spirales plutôt qu'en suivant une voie linéaire, ce qui montre que l'ADN est capable d'enrouler la lumière autour de lui. Certains physiciens pensent que cette énergie de torsion ou enroulée est une lumière intelligente, émanant de dimensions supérieures et distincte du rayonnement électromagnétique donnant naissance à l'ADN. Maints chercheurs croient à l'heure actuelle que ces ondes de torsion *sont* la conscience, constituant l'âme et servant de précurseur à l'ADN¹⁸⁸.

LA GÉOMÉTRIE SACRÉE

Les champs de vie

Comparativement à la géométrie « classique », la géométrie sacrée affirme qu'en analysant et en travaillant avec des figures géométriques, l'on entre en harmonie avec les lois mystiques de la création. La géométrie représente une partie importante de la guérison énergétique parce que les énergies subtiles présentent souvent une forme structurée. Pour cette raison, les thérapeutes ont, au cours de l'histoire, employé des symboles en se servant de leur seconde vue et en fabriquant des instruments de guérison aux formes variées. La géométrie est étroitement liée au son.

De récentes études ont indiqué que la géométrie peut constituer une affaire de vie – ou de mort. Selon l'une d'elles, la géométrie des vaisseaux sanguins est un élément qui peut entraîner une maladie cardiovasculaire ; plus l'angle entre une artère et les vaisseaux qui s'y rattachent est important, plus il y a risque d'accumulation de plaques¹⁸⁹. Un autre exemple : la géométrie de la colonne cervicale est liée à la cervicarthrose dans 70 % des cas¹⁹⁰.

Des théories géométriques ont commencé à émerger il y a des milliers d'années, plus particulièrement à l'époque de Platon et de son prédécesseur, Pythagore – maints importants principes d'aujourd'hui existaient déjà. Les proportions géométriques développées durant cette période ont depuis été utilisées par la plupart des civilisations et appliquées aux mathématiques, à l'art, à l'architecture, à la cosmologie, à la musique, à l'astronomie et à la physique. Voici quelques applications de la géométrie sacrée – les aspects mystiques de la géométrie – dans son rapport avec la guérison et l'énergie.

LES THÉORIES GÉOMÉTRIQUES DE BASE

Il existe plusieurs théories géométriques, démontrées mathématiquement, qui s'appliquent aux énergies curatives. Les voici :

ONDE SINUSOÏDALE : onde de forme ayant l'aspect d'une courbe sinusoïdale : une fréquence unique se répétant indéfiniment dans le temps. Utilisée pour décrire la fréquence, les ondes et les vibrations, la mesure sous-jacente de l'énergie.



FIGURE 3.7
ONDE SINUSOÏDALE

SPHÈRE : circuit tridimensionnel fermé sur lequel tous les points sont situés à une même distance du centre. D'un point de vue énergétique, on la considère dans de nombreuses cultures comme représentant la vacuité, les liens, l'origine de la vie ou l'équilibre parfait.



FIGURE 3.8
SPHÈRE

SUITE DE FIBONACCI : série numérique répétitive dans laquelle chaque nombre, à l'exception des deux premiers, est la somme des deux précédents. Étroitement liée à la section dorée.

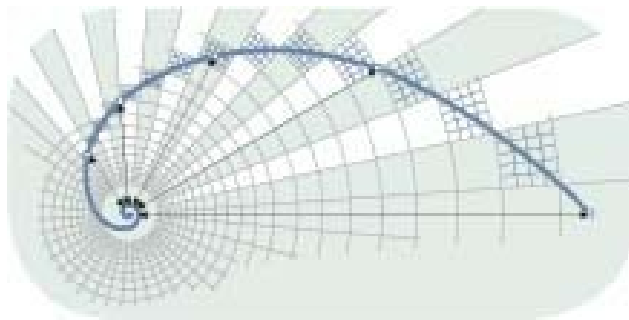


FIGURE 3.9
SUITE DE FIBONACCI

TORE : surface géométrique en forme de bouée engendrée par la révolution d'un cercle autour d'une droite de son plan, mais sans qu'ils se croisent. Élément de la fleur de vie et présent en physique et en astronomie.

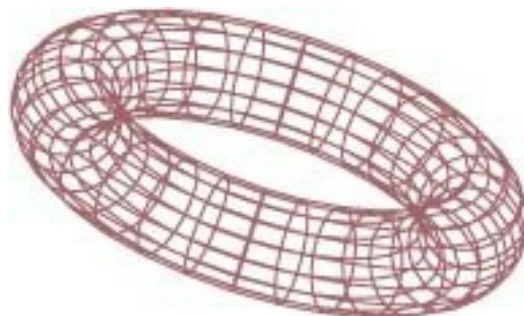


FIGURE 3.10
TORE

SECTION DORÉE : segment de droite divisé en deux selon le nombre d'or, où « $a + b$ » est à « a » (le segment le plus long) ce que « a » est à « b » (le segment le plus court). Le nombre a pour valeur approximative 1,6180 et est souvent représenté par la lettre grecque *phi*. Ce nombre est lié à la spirale dorée, une spirale à la courbe continue que l'on trouve dans la nature, et au rectangle doré, dont le rapport entre la longueur et la largeur est égal au nombre d'or. D'autres termes qui lui sont associés sont le *juste milieu*, le *ratio d'or*, la *divine proportion*, la *section divine*, la *division d'or*. Étroitement liée à la suite de Fibonacci, on la considère comme un instrument de la création divine.

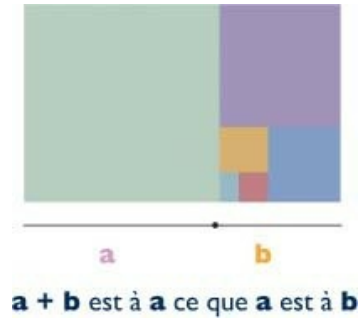


FIGURE 3.11
SECTION DORÉE

MERKABA : deux tétraèdres orientés de manière opposée et imbriqués l'un dans l'autre. On la considère souvent comme un véhicule permettant à l'âme de voyager ou comme voie vers une conscience supérieure.



FIGURE 3.12
MERKABA

CUBE DE MÉTATRON : on le reconnaît d'un point de vue métaphysique comme constituant la base des solides de Platon. Il comprend deux tétraèdres, deux cubes ainsi qu'un octaèdre, un icosaèdre et un dodécaèdre.



FIGURE 3.13
CUBE DE MÉTATRON

FLEUR DE VIE : figure composée de cercles symétriques interconnectés créant un motif en forme de fleur.



FIGURE 3.14
FLEUR DE VIE

SOLIDES DE PLATON : cinq formes solides tridimensionnelles, qui présentent chacune des angles et des côtés isométriques, circonscrites dans une sphère, dont chaque sommet touche la périphérie de la sphère. Platon les a associés aux quatre éléments et à l'Univers (voir page 136).

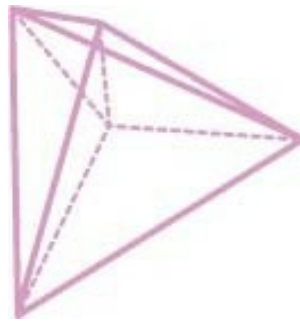


FIGURE 3.15
PENTACHORE

L'utilisation de ces formes en musique revêt une importance pour la théorie de la guérison par le son. Les anciens ont toujours déclaré leur foi en la « musique des sphères », l'ordre vibratoire de l'Univers. Pythagore est connu pour avoir marié la géométrie et les mathématiques à la musique. Il a établi qu'en réduisant de moitié la longueur d'une corde, on obtenait une octave ; un rapport de trois demis correspondait à une quinte ; et un rapport de quatre tiers produisait une quarte. On pensait que ces rapports formaient des harmoniques qui pouvaient rétablir l'harmonie dans le corps – ou le guérir. Hans Jenny a poursuivi ce travail en étudiant la cymatique, présentée plus loin dans ce chapitre, et le sonothérapeute et auteur contemporain Jonathan Goldman considère que les proportions du corps sont liées au juste milieu, en présentant des rapports apparentés à la sixte majeure ($5/3$) et à la sixte mineure ($8/5$)¹⁹¹.

Il semble que la géométrie sert également de « glu interdimensionnelle », selon une théorie relativement récente que l'on appelle la triangulation dynamique causale (CDT), qui représente les murs du temps – et ceux des différentes dimensions – comme étant triangulés. Selon la CDT, l'espace-temps se divise en de minuscules particules triangulées, dont la brique est un pentachore. Un

pentachore se compose de cinq cellules tétraédriques et d'un triangle complété d'un tétraèdre. Chaque particule triangulée simple est géométriquement plane, mais elles s'agglutinent pour créer des espaces-temps incurvés. Cette théorie rend possible le transfert de l'énergie d'une dimension à l'autre, mais, contrairement à d'autres théories spatio-temporelles, elle certifie qu'une cause précède un événement et met également en évidence la nature géométrique de la réalité¹⁹².

La création de figures géométriques aux niveaux macro et microscopique peut peut-être s'expliquer par la notion du *spin*, présentée dans le chapitre 1. Tout tourne, le terme *spin* décrivant la rotation d'un objet ou d'une particule autour de son axe. Le *spin orbital* fait référence à la rotation d'un objet autour d'un autre, comme la Lune autour de la Terre. Chacun de ces deux types de spin se mesure par son *moment angulaire*, le produit de sa masse, de son rayon et de sa vitesse angulaire. Les particules rotatives engendrent des formes lorsqu'elles entrent en contact dans l'espace. Nombre de ces formes sont de nature géométrique.

Les études sur la cymatique révèlent que différentes fréquences produisent différents effets modélisants. La nature de ces modèles dépend, du moins partiellement, du spin, la rotation autour d'un axe central qui détermine les mouvements qui en résultent. Dans son livre *Mind, Body and Electromagnetism*, l'auteur John Evans démontre qu'il existe dans le corps humain plusieurs modèles produits par la fréquence et le spin ; le modèle d'un foie diffère de celui d'une vertèbre. Il suggère que le matériel génétique du corps est conçu par des ondes de forme électromagnétiques dont la fréquence s'organise autour de l'axe central¹⁹³. Les énergies subtiles pourraient, à travers l'information, la fréquence et le spin, élaborer les modèles qui sous-tendent les formes de notre corps – et quelle est cette idée sinon une autre définition de la géométrie ?

La physique quantique a également démontré que deux particules de spin différent peuvent représenter la même particule et que, dans un champ magnétique, les photons générés par la rotation d'un atome peuvent présenter des fréquences légèrement différentes selon que le mouvement est ascendant ou au contraire descendant. Un seul objet – ou ondes de forme en contact – peut produire des formes surprenantes, dans cette réalité et dans d'autres. Un changement tout simple modifie les qualités vibratoires de l'objet et donc ses effets. Et c'est là ce qui constitue la base de la guérison énergétique : modifier la fréquence ou le spin à travers la dynamique des champs.

La géométrie joue un rôle significatif dans le son, ainsi que dans les applications du magnétisme, comme nous l'aborderons plus tard dans cette section.

CALLAHAN ET LA GÉOMÉTRIE : RECHERCHES PRATIQUES SUR LES FORMES ET LE PARAMAGNÉTISME

Le *paramagnétisme* est la capacité d'une substance à résonner sous l'action du magnétisme. Il permet d'expliquer comment les énergies géométriques influencent la vie.

Depuis la nuit des temps, certaines formes sont apparues en nombre de plus en plus important – et nous devons nous demander quelle en est la raison. Pourquoi les pyramides ont-elles la forme de pyramides ? Qu'en est-il des obélisques ? Quelles qualités « magnifient-ils » ? Il semble que des formes différentes attirent littéralement les énergies magnétiques et les concentrent de différentes façons. Et que les matériaux eux-mêmes ont une influence sur les effets magnétiques.

L'un des principaux contributeurs dans ce domaine est le Dr Phillip Callahan, professeur d'étymologie et conseiller au ministère de l'Agriculture des États-Unis. Callahan a remarqué que les différentes formes géométriques des antennes et de l'appareil sensitif de mites produisaient divers effets, et se tourna donc vers l'étude des structures élaborées par l'homme. Comment la forme et les

matériaux des bâtiments affectent-ils les êtres vivants ?

Il a centré l'un de ses projets de recherche sur les tours rondes de Cashel, en Irlande, qui présentaient autour d'elles une végétation particulièrement luxuriante¹⁹⁴. Callahan pensait que ces tours pouvaient avoir servi de systèmes de résonance pour attirer et stocker de l'énergie magnétique et électromagnétique provenant du Soleil et de la Terre. Il en a analysé les matériaux et a découvert qu'ils étaient riches en propriétés magnétiques. Il a également constaté que l'agencement des tours dans la campagne environnante reflétait la position des étoiles lors du solstice d'hiver. Callahan en a conclu, après ses études, que les tours rondes généraient des fréquences égalant celles de la portion du spectre électromagnétique propice à la méditation et à l'anesthésie électrique¹⁹⁵. D'autres chercheurs ont suggéré que l'emploi de matériaux paramagnétiques dans la construction, dont le bois et la pierre, pouvait aider à neutraliser les effets du stress électrique et géopathique¹⁹⁶.

LES INTERACTIONS DU CHAMP MAGNÉTIQUE AVEC L'EAU : CONSTRUCTIONS GÉOMÉTRIQUES

On a comparé le corps, composé à 70 % d'eau, à un cristal. On a même analysé l'eau à un niveau cristallin au travers de son interaction avec le magnétisme, et les résultats indiquent que la forme est déterminée par les pensées et l'intention.

Une molécule d'eau possède des pôles nord et sud, tout comme la Terre. Ces pôles sont séparés par la longueur du dipôle, comme dans un aimant. Cela signifie que l'eau possède une « mémoire » : elle peut stocker de l'information, comme le fait un cristal¹⁹⁷. En partant de ces principes fondamentaux, le physicien japonais Masaru Emoto a utilisé un analyseur de résonance magnétique (ARM) pour photographier des échantillons d'eau provenant de sources diverses. Il a ensuite exposé ces échantillons à la prière, au bruit et aux paroles, en les photographiant avant et après.

L'une des photos illustrant son livre *Les messages cachés de l'eau* représente l'eau tirée du barrage de Fujiwara au Japon. Les molécules d'eau tout juste puisées étaient sombres et informes. Le révérend Kato Hiki, grand prêtre du temple Jyuhouin, a ensuite prié pour le barrage pendant une heure, après quoi l'on a recueilli et photographié de nouveaux échantillons. Les taches sans forme s'étaient changées en cristaux hexagonaux d'un blanc éclatant.



FIGURE 3.16

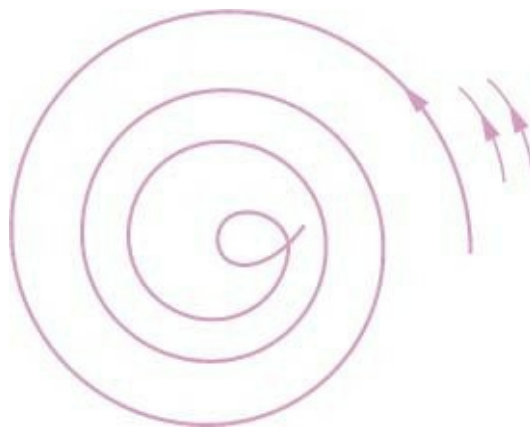
LA GÉOMÉTRIE SOUS-JACENTE AUX CHAKRAS

John Evans a décrit les formes ou figures géométriques sous-jacentes qui composent les chakras :

Des rapports de fréquence élevés forment un lotus.



Des pétales naissent de rotations opposées, lorsque le rapport de fréquence est proche de l'unité.



Les vortex (ou spirales) sont créés par des rotations semblables lorsque le rapport de fréquence est proche de l'unité.

LES SOLIDES DE PLATON

Platon vécut vers 400 av. J.-C. et considérait le triangle comme la pierre angulaire de l'Univers. Dans le même ordre d'idée, il pensait que l'Univers avait été créé selon une suite géométrique. Il présente sa théorie dans son traité, le *Timée*, dans lequel il montre comment les triangles élaborent cinq solides – que l'on appelle aujourd'hui les solides de Platon – correspondant aux quatre éléments et à l'Univers. Il doit certaines de ses idées à Empédocle, qui croyait que toute chose dans le monde provenait de la combinaison des quatre éléments à travers l'interaction de forces opposées (semblables au yin et au yang de la théorie chinoise).

Ces solides n'étaient pas chose nouvelle pour les Grecs. On en trouvait des exemples sur des boules de pierre sculptées datant du néolithique. Platon fut cependant le premier à officialiser le lien existant entre ces solides singuliers et leurs représentations, comme nous le montrons ci-dessous.

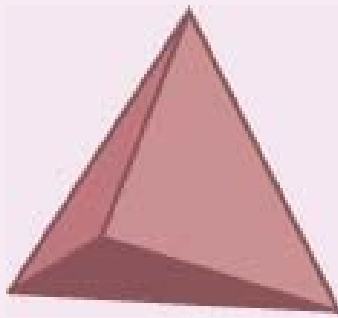
Ces solides sont uniques car leurs côtés et leurs angles sont tous égaux. Leurs faces forment des polygones isométriques et chacun d'eux possède trois sphères concentriques. Platon voyait en ces facteurs l'évocation de la structure fondamentale de la Terre, remarquant que ces formes élaboraient une grille et que leurs structures constitutives favorisaient l'évolution.

D'un point de vue mathématique, ce sont les seules formes dans le monde qui s'inscrivent dans une sphère. De nombreuses traditions envisagent la sphère comme le symbole du commencement de l'Univers, d'où l'importance des trois sphères associées à chacune des formes. Sous un angle thérapeutique, l'on pourrait imaginer réduire une maladie ou un problème à son « état symbolique » et rétablir ensuite la santé en reconstruisant le corps ou même les pensées pour épouser une forme géométrique plus « solide ». Tel est le raisonnement qui sous-tend des méthodes de guérison comme la numérologie thérapeutique et la thérapie par le symbole, abordées dans la sixième partie. Par ailleurs, certains thérapeutes pensent que les solides de Platon constituent la structure sous-jacente à diverses parties du corps, telles que les cellules elles-mêmes.



L'icosaèdre

Vingt côtés Élément : Eau



Le tétraèdre

Quatre côtés Élément : Feu



Le cube

Six côtés Élément : Terre



Le dodécaèdre

Douze côtés Élément : Univers (ciel)



L'octaèdre

Huit côtés Élément : Air

FIGURE 3.17

LES SOLIDES DE PLATON

Au travers de ses travaux, Emoto a découvert que toutes les substances possèdent leur propre champ de résonance magnétique particulier. Deux types d'eau diffèrent, en ce qui concerne leurs structures cristallines. Mais lorsqu'on les expose à une substance, les cristaux de l'eau changent de forme, en prenant finalement celle de cette substance (des cristaux d'eau pourraient par exemple ressembler à des cristaux de pierre lorsqu'on les place à proximité d'une pierre ; ou à des algues lorsqu'ils sont au contact d'algues). Les cristaux d'eau se métamorphosent également pour reproduire des pensées et des intentions, en apparaissant comme beaux si les pensées sont bienveillantes et laids si les pensées sont mauvaises¹⁹⁸.

Emoto qualifie le principe sous-tendant cette révélation de *Hado*, ou source d'énergie qui sous-tend toute chose. Le Hado représente l'onde vibratoire particulière générée par les électrons voyageant en orbite autour du noyau d'un atome. Là où il y a Hado, il existe un champ de résonance magnétique. Ainsi donc, le Hado – la source de tout – incarne le champ de résonance magnétique lui-même¹⁹⁹.

LA CYMATIQUE : CONTEMPLER LE SON, LES CHAMPS DE VIE

La *cymatique*, un terme inventé en 1967 par Hans Jenny dans son livre du même nom, présente les preuves que la vibration sous-tend toute réalité et révèle cette vérité à travers l'étude des ondes sonores dans un milieu. Elle se base sur l'observation que les corps qui vibrent génèrent des schémas. La cymatique est l'étude de tout ce qui se rapporte aux ondes. Les schémas cymatiques sont des images du son. Plus la fréquence est élevée, plus les figures sont complexes, avec de nombreuses formes comparables à celles des *mandalas*, dessins géométriques utilisés en méditation et dans les rituels de maintes disciplines spirituelles. Les travaux de Jenny indiquent que les formes et les schémas de réalité sont créés par les formes de schémas sonores interagissant avec la vibration.

Les études de Jenny se basent en partie sur celles d'Ernst Chladni qui, en 1787, reproduisit le travail de Robert Hooke en 1680, en représentant les motifs générés par du sable disposé sur des plaques métalliques qu'il fit vibrer avec un archet de violon. Le sable prit la forme de ce que nous appelons aujourd'hui des motifs d'ondes stationnaires, tels que de simples cercles concentriques et même des formes plus compliquées. Lorsque l'on émet un harmonique particulier, il crée un motif spécifique. Lorsque l'on évolue dans les séries harmoniques, les motifs évoluent également en complexité. En utilisant les ondes stationnaires, des amplificateurs piézoélectriques et d'autres matériels, Jenny a stimulé les plaques par des vibrations et des amplifications mesurées de manière

précise, afin de générer des démonstrations des formes nées de l'interaction du son avec la matière physique – le tout en perpétuel mouvement, car aussi bien le son que la matière fluctuent constamment. Il a démontré que même des motifs géométriques en apparence stationnaires sont faits de particules se déplaçant en leur sein²⁰⁰.

Jenny a également découvert qu'une fois prononcées, les voyelles de l'ancien hébreu et du sanskrit prennent la forme des symboles écrits correspondant à ces voyelles (ce qui n'est pas le cas avec nos langues modernes).

Jenny a achevé son livre en émettant l'idée que le pouvoir générateur de la réalité se compose de trois champs : la vibration, qui alimente la réalité physique par ses deux pôles ; la forme (ou motifs) ; et le mouvement²⁰¹.

Ces trois champs élaborent ensemble la totalité du monde physique. Ce qui semble solide est en réalité une onde, et cette onde est composée de particules quantiques en mouvement perpétuel. Même une forme immobile est générée par des vibrations – motifs en mouvement – ou du son sous une forme visible.

TOUT COMMENCE-T-IL PAR LE SON ?

À l'instar d'Hans Jenny, de nombreux chamans d'autrefois pensaient que le son était à l'origine de tout. Ils savaient comment obtenir des images de la réalité à partir du son, en vue même de pratiquer une guérison génétique. Ce fut le cas de nombreux chamans d'Amazonie, qui créèrent des images tridimensionnelles à partir du son et en firent un élément de leur médecine.

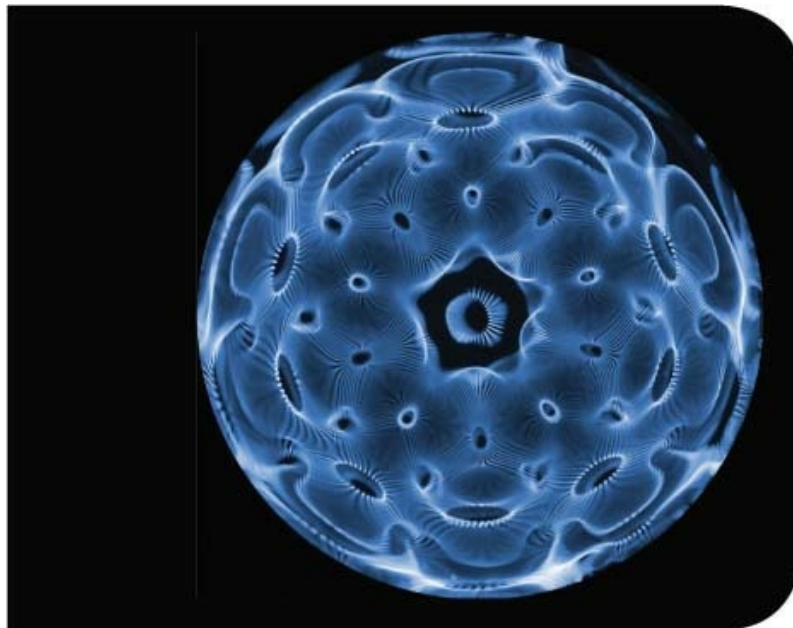


FIGURE 3.18

CYMagLYPHE DE LA VOIX HUMAINE

Les chercheurs contemporains en cymatique John Reid et Erik Larson poursuivent l'œuvre de Jenny et de Chladni en s'aidant d'un instrument que l'on appelle le CymaScope. Cette image montre la structure harmonique physique du son vocalique « ou ».

On considérait le son comme tellement essentiel que l'une de ses échelles, que l'on appelle le *solfège*, fut gardée secrète pendant des centaines d'années²⁰². Le solfège est une échelle de six notes que l'on surnomme également l'« échelle créationnelle ». La musique traditionnelle indienne qualifie cette échelle de *saptak*, ou sept degrés, et associe chaque note à un chakra. Ces six fréquences et les

effets qu'on leur attribue sont les suivants :

Do	396 Hz	Il délivre de la culpabilité et de la peur
Ré	417 Hz	Il débloque les situations et facilite le changement
Mi	528 Hz	Il transforme et réalise des miracles (réparation de l'ADN)
Fa	639 Hz	Il encourage les liens/les relations
Sol	741 Hz	Il stimule l'intuition
La	852 Hz	Il invite au retour à l'ordre spirituel

Des biologistes moléculaires ont effectivement utilisé le Mi pour réparer des anomalies génétiques²⁰³.

Certains chercheurs pensent que le son régit la croissance du corps. Comme le Dr Michael Isaacson et Scott Klimek l'enseignent dans un cours de thérapie sonore au Normandale College de Minneapolis, le Dr Alfred Tomatis pense que la première fonction de l'oreille *in utero* est de déterminer le développement du reste du corps. Le son renforce apparemment les impulsions électriques qui transmettent une charge au néocortex. Les sons à haute fréquence stimulent le cerveau, en créant ce que Tomatis appelle des « sons de charge ».

Les sons à basse fréquence libèrent l'énergie et les sons à haute fréquence attirent l'énergie. Dans tout ce qui vit, le son gère la transmission et la réception de l'énergie – au point même d'engendrer des problèmes. Les personnes souffrant d'un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité « écoutent » trop avec leur corps, en traitant le son par le biais de la transmission osseuse plutôt qu'auriculaire. Elles sont littéralement « surchargées en son ».

Certains scientifiques vont plus loin et suggèrent que le son n'affecte pas seulement le corps, mais aussi l'ADN, en le stimulant en réalité pour générer des signaux d'information qui se propagent à travers le corps. Le Dr Leonard Horowitz, diplômé de Harvard, a en effet démontré que l'ADN émet et reçoit des phonons et des photons, les ondes électromagnétiques du son et de la lumière. En outre, trois lauréats du prix Nobel de médecine ont affirmé que la fonction première de l'ADN n'est pas de synthétiser des protéines, mais de gérer la signalisation bioacoustique et bioélectrique²⁰⁴. Tandis que des recherches comme celles du Dr Popp montrent que l'ADN est un émetteur de biophotons, d'autres suggèrent que la lumière émane en réalité du son. Dans un article intitulé « A Holographic Concept of Reality », qui figure dans le livre de Stanley Krippner *Psychoenergetic Systems*, une équipe de chercheurs dirigée par Richard Miller a démontré que des ondes cohérentes superposées dans les cellules interagissent et forment des motifs par le biais du son, tout d'abord, et de la lumière ensuite²⁰⁵.

Cette idée corrobore les recherches des scientifiques russes Peter Garaiev et Vladimir Poponin, dont le travail avec les énergies de torsion a été abordé au chapitre 25. Ils ont démontré que les chromosomes agissent comme des bioordinateurs holographiques, en utilisant le rayonnement

électromagnétique de l'ADN pour générer et interpréter les ondes sonores et lumineuses en spirale qui montent et descendent le long de l'échelle d'ADN. Garaiev et son équipe ont utilisé des fréquences langagières telles que des paroles (qui sont des sons) pour réparer des chromosomes endommagés par des rayons X. Garaiev en conclut donc que la vie est électromagnétique plutôt que chimique et que l'on peut activer l'ADN par des expressions linguistiques – ou des sons – comme on le ferait avec une antenne. En retour, cette activation modifie les champs bioénergétiques humains, qui transmettent les ondes radio et lumineuses aux structures corporelles²⁰⁶.

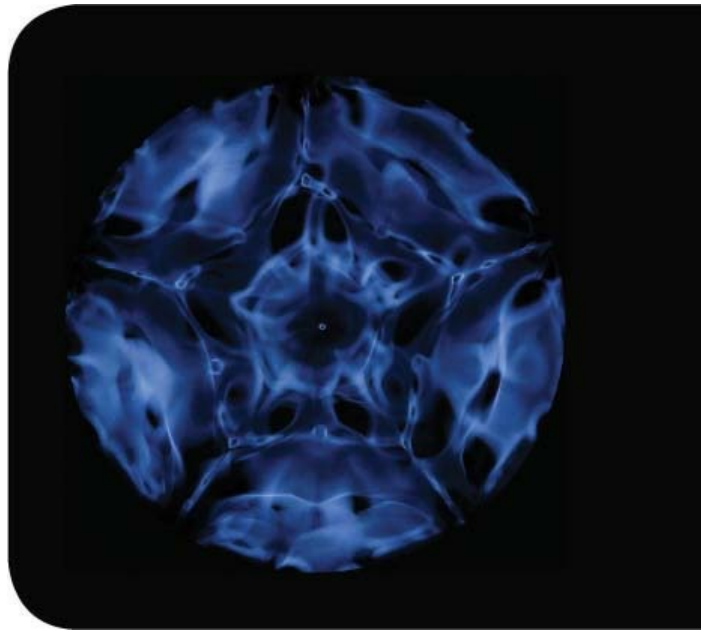


FIGURE 3.19

CYMagLYPHE DES ANNEAUX D'URANUS

Le signal sinusoïdal pur des anneaux d'Uranus, tel que l'a recueilli le vaisseau spatial Voyager 2, produit ce superbe motif lorsqu'on le soumet au traitement du CymaScope. Le rapport mathématique de la section dorée, inhérent à l'onde sinusoïdale, se révèle dans la structure pentagonale de cette image.

LES CHAMPS ÉNERGÉTIQUES HUMAINS

Il existe de nombreux champs énergétiques humains. Il s'agit là des champs magnétiques et électromagnétiques que l'on peut mesurer physiquement et qui sont générés par toutes les cellules, tissus et organes vivants, ainsi que par le corps dans son ensemble. Mais il existe également des biochamps – champs supposés ou subtils émanant de ces unités de vie vibrantes – ainsi que nos canaux, corps d'énergie subtile et aspects du moi. Vous trouverez cidessous de brèves descriptions des biochamps humains les plus importants.

LES CHAMPS MORPHOGÉNÉTIQUES

En biologie, un *champ morphogénétique* est un groupe de cellules qui induisent des structures ou organes corporels particuliers. Un *champ cardiaque*, par exemple, évolue en tissu cardiaque. Le scientifique Rupert Sheldrake, au début des années 1980, fut le premier à conceptualiser des domaines d'apprentissage qui apportaient un éclairage sur ceux que l'on reconnaissait scientifiquement, en leur conférant le nom de *champs morphiques*, *champs morphogénétiques subtils* ou *champs énergétiques*²⁰⁷.

Sheldrake a suggéré l'existence d'un champ qui opère au sein et autour d'une unité morphique donnée – l'unité de croissance physique de ce qui deviendra plus tard un tissu ou un organe – et qui lui donne forme. Tout organisme vivant – des cellules aux personnes – appartenant à un groupe particulier se connecte au champ morphique de ce groupe et, via la résonance morphique, se développe d'après la programmation de ce champ. Il ne se produit de résonance qu'entre des formes semblables, donc un singe ne pourrait pas s'approprier les caractéristiques d'une plante. D'après Sheldrake, ces champs servent à la fois de base de données et de schéma mental.

Les théories de Sheldrake cherchent à expliquer pourquoi les membres d'une famille se transmettent certains comportements ou même certaines émotions et pourquoi les espèces pourraient partager des caractéristiques et schémas de développement communs. Plusieurs études ont également montré que, même en étant séparés, les membres d'une même espèce présentent des traits ou des comportements similaires, une énigme que peuvent expliquer les champs morphogénétiques. De nature subtile, ils ne sont pas limités dans le temps ou dans l'espace. Cette théorie représenterait l'ADN comme le récepteur de l'information provenant des champs morphiques, qui l'enjoint à agir d'une certaine façon. Les talents musicaux du grand-père pourraient être transmis au petit-fils par le biais des champs morphiques plutôt que par l'ADN. Les champs morphogénétiques peuvent programmer la constitution épigénétique, réserve chimique décrite à la page 47 dans « L'épigénétique : au-delà de l'ADN ».

La philosophie de Sheldrake soutient également que des souvenirs de vies antérieures pourraient se transmettre d'une incarnation à l'autre via le champ morphique d'une âme. Ces souvenirs seraient

de nature non locale et ne seraient donc pas ancrés dans le cerveau ou dans une existence particulière.

LES CHAMPS ÉTHÉRIQUES

On emploie souvent le mot *éthérique* pour remplacer les termes *subtil* ou *aurique*. Il existe en réalité des champs éthériques indépendants qui entourent chaque unité de vie vibrante, d'une cellule à une plante en passant par une personne, ainsi qu'un *champ éthérique* particulier relié au corps, décrit ci-après dans « Les champs particuliers ». Le terme *éthérique* dérive du mot *éther*, que l'on a considéré comme un milieu qui infiltre l'espace, en transmettant des ondes transversales d'énergie. Lorsqu'on l'associe au champ aurique global, il enveloppe le corps dans son ensemble. En tant que corps énergétique séparé, vision plus substantielle et répandue, le corps éthérique relie le corps physique à d'autres corps subtils, servant de matrice de croissance physique. Comme Barbara Brennan, experte de l'aura, le suggère, il existe par conséquent bien avant que les cellules ne se développent²⁰⁸. Lawrence et Phoebe Bendit en disent de même du champ aurique, en affirmant qu'il pénètre chaque particule du corps et agit pour lui comme une matrice²⁰⁹.

Le Dr Kim Bonghan, dont les recherches sont décrites à la page 167 dans « La théorie canalaire », relie le corps éthérique aux méridiens, en suggérant que les méridiens constituent une interface entre le corps éthérique et le corps physique. Le corps éthérique crée les méridiens qui, à leur tour, composent le corps physique²¹⁰.

LES CHAMPS PARTICULIERS

Il existe maints biochamps différents qui régulent diverses fonctions mentales, émotionnelles, spirituelles ou physiques. La liste de biochamps qui suit se fonde sur les travaux de Barbara Ann Brennan et d'autres.

Le champ physique : possède la fréquence la plus basse. Régule le corps humain ;

Le champ éthérique : plan directeur de la structure physique qu'il entoure. Il existe également un champ éthérique pour l'âme ;

Le champ émotionnel : régule l'état émotionnel de l'organisme ;

Le champ mental : traite les idées, les pensées et les croyances ;

Le champ astral : lien entre les royaumes physique et spirituel. Indépendant du temps et de l'espace ;

Le modèle éthérique : n'existe que sur le plan spirituel et détient les idéaux les plus élevés de l'existence ;

Le champ céleste : accède aux énergies universelles et sert de modèle aux champs éthériques ;

Le champ causal : gouverne les niveaux inférieurs d'existence.

L'AURA

Des scientifiques étudient – et confirment – l'existence de l'*aura*, le champ qui entoure complètement notre corps, depuis plus de cent ans, en étayant les connaissances que détenaient déjà nos ancêtres. Ce champ consiste en de multiples bandes d'énergie, que l'on appelle les *couches auriques* ou *champs auriques*, qui englobent le corps, en nous reliant au monde extérieur.

Les différentes cultures ont prêté maints visages à l'aura. Pour les cabbalistes, elle était une lumière astrale. Les artistes chrétiens peignaient Jésus et d'autres personnages entourés d'un halo de lumière. Les textes védiques et les enseignements des rosicruciens, des bouddhistes tibétains et indiens, ainsi que de nombreuses tribus amérindiennes décrivent le champ en détails. Même Pythagore en a débattu, le considérant comme un corps lumineux. En fait, John White et Stanley Krippner, les auteurs de *Future Science*, recensent quatre-vingt-dix-sept cultures différentes qui font référence à l'aura humaine, chacune d'elle lui conférant un nom différent²¹¹.

La science s'est appliquée activement à percer le mystère de l'aura depuis le début du XIX^e siècle. À cette époque, le mystique et physicien belge Jan Baptist van Helmont la concevait comme un fluide universel qui imprègne toute chose²¹². L'idée de l'aura agissant comme un fluide – ou un flux – perméable s'est maintenue au cours de l'histoire. Franz Mesmer, dont dérive le terme « mesmérisme », suggérait que les objets animés et inanimés étaient imprégnés d'un fluide, qu'il considérait comme magnétique, par le biais duquel les corps matériels pouvaient exercer une influence les uns sur les autres, même à distance²¹³. Le baron Karl von Reichenbach a découvert plusieurs propriétés spécifiques à ce champ, auquel il a donné le nom de *force odique*²¹⁴. Il a déterminé qu'il possédait des propriétés semblables à celles du champ électromagnétique, analysé précédemment par James Clerk Maxwell, l'un des pères de l'électricité. Le champ odique se composait de polarités ou d'opposés, comme le champ électromagnétique. En électromagnétisme, cependant, les opposés s'attirent. Dans le cas du champ odique, ce sont les semblables qui s'attirent.

Reichenbach a également découvert que le champ était lié à différentes couleurs et qu'il pouvait non seulement posséder une charge, mais aussi flotter autour des objets. Il a décrit le champ du côté gauche du corps comme un pôle négatif et celui du côté droit comme un pôle positif, en rejoignant par là les idées de la médecine chinoise.

Cette théorie et d'autres ont révélé que l'aura possède un état fluide ; se compose de différentes couleurs, donc de fréquences ; est perméable et pénétrable ; est de nature magnétique, bien que possédant des propriétés électromagnétiques. D'autres recherches ont appuyé ces théories et ont prêté une qualité supplémentaire au champ aurique : son lien au temple intérieur de l'être humain.

En 1911, par exemple, le Dr Walter Kilner a analysé l'aura avec des filtres colorés et une sorte de goudron particulier. Il a découvert trois zones : une couche sombre proche de la peau, une couche plus éthérée flottant à un angle perpendiculaire au corps, et une couche extérieure délicate aux contours d'environ 15 cm. Plus important, l'état de cette « aura », comme il l'appelait, se modifiait suivant l'humeur ou la santé du sujet²¹⁵.

Dans la première moitié du XX^e siècle, le Dr Wilhelm Reich a étayé notre connaissance du champ humain et de ses qualités par des expériences étudiant une énergie universelle qu'il a appelée « orgone ». Il a observé, au cours de ses études, qu'une énergie vibrait dans le ciel et entourait tous les objets et les êtres animés et inanimés. De nombreux métaphysiciens pensent que l'orgone équivaut au qi ou au prana. Il a également remarqué que des zones de congestion pouvaient être dégagées pour se débarrasser de schémas mentaux et émotionnels négatifs et ainsi générer des changements. Ses

études mettent en évidence les liens qui existent entre les énergies subtiles et physiques ainsi que les énergies mentales et émotionnelles²¹⁶.

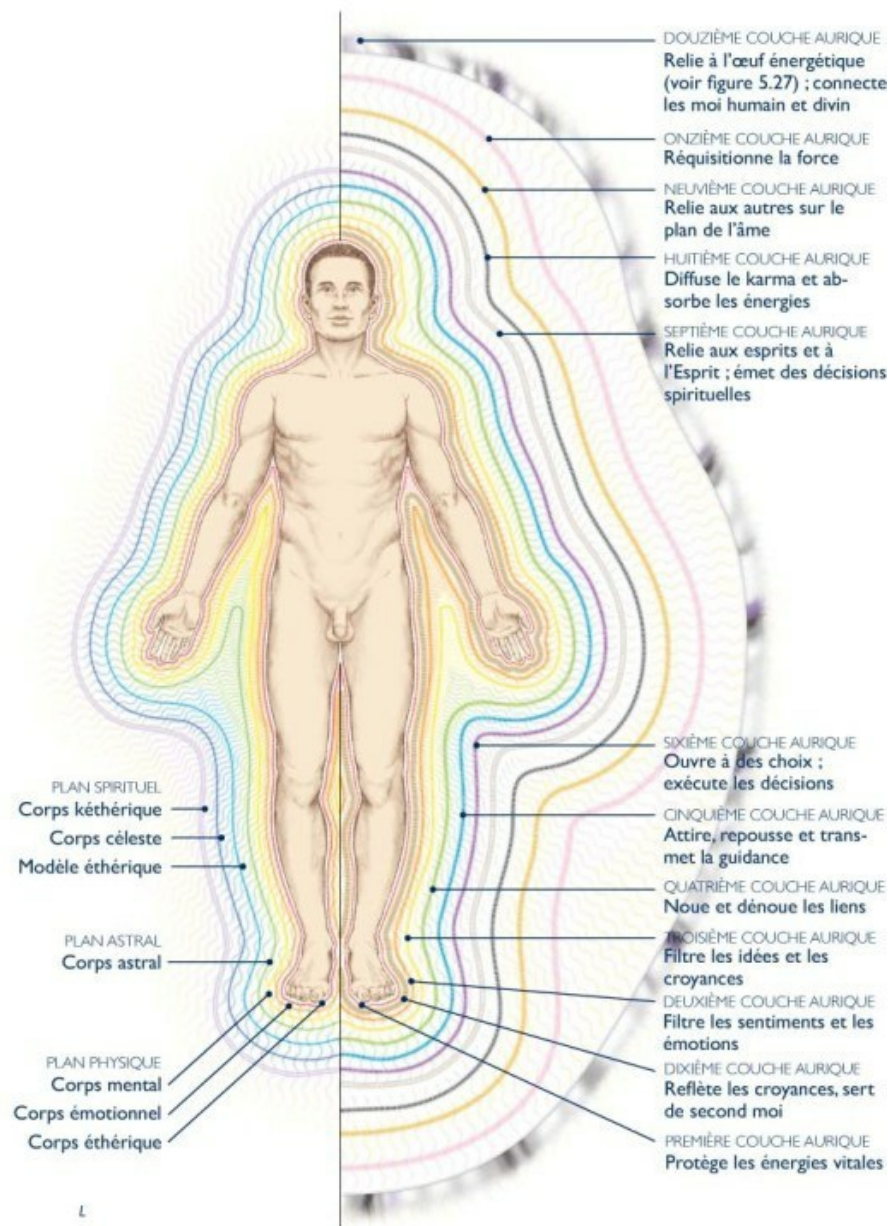


FIGURE 3.20
LES COUCHES DU CHAMP AURIQUE

Les couches du champ aurique, telles que les décrit Barbara Ann Brennan, en rapport avec le système des douze chakras.

Ensuite, dans les années 1930, le Dr Lawrence Bendit et Phoebe Bendit ont observé le champ énergétique humain et l'ont rapproché du développement de l'âme, en démontrant que les forces subtiles constituent les fondements de la santé²¹⁷. Leurs observations se sont reflétées et poursuivies dans celles du Dr Dora Kunz, théosophe et thérapeute intuitive, qui a perçu que chaque organe possédait son propre champ – comme c'est le cas du corps dans son ensemble – qui vibre à un rythme qui lui est propre lorsqu'il est en bonne santé. Dans le cas d'une maladie, ces rythmes s'altèrent et l'on peut percevoir intuitivement les problèmes qui affectent le champ²¹⁸.

Quand le Dr Zheng Rongliang de l'université de Lanzhou en Chine a mesuré le flux du qi d'un corps humain au moyen d'un détecteur biologique exceptionnel, il a constaté que non seulement l'aura vibre, mais que le champ ne vibre pas au même rythme et avec la même intensité chez tout le monde.

Des chercheurs ont reproduit l'expérience à l'Institut des Sciences atomiques et nucléaires de l'Academia Sinica de Shanghai.

Des scientifiques russes de l'Institut de Bioinformatique, dirigés par A. S. Popow, ont mesuré le champ humain ou, plus particulièrement, les bio-courants qui se manifestaient dans le corps énergétique environnant. Ils ont découvert que des vibrations émanent des organismes vivants à une fréquence de 300 à 2 000 nanomètres. Ils ont donné à ce champ le nom de « biochamp » et ont remarqué que les personnes présentant un biochamp puissant et étendu peuvent transmettre de l'énergie avec davantage de succès. L'Académie des Sciences médicales de Moscou a, plus tard, corroboré ces recherches²¹⁹.

Une forme particulière de photographie est en réalité capable de capter des images du champ aurique. Dans les années 1930, le scientifique russe Semyon Kirlian et sa femme, Valentina, ont inventé un nouveau procédé photographique qui consiste à soumettre un objet à un champ électrique à haute fréquence. On peut dès lors immortaliser sur pellicule le schéma de luminescence de l'objet – le champ aurique. Des praticiens contemporains utilisent la photographie kirlienne pour montrer comment l'aura réagit à différents états mentaux et émotionnels, et même pour diagnostiquer une maladie ou d'autres problèmes. La science médicale recourt à présent à des procédés d'imagerie thermique de l'aura, entre autres, pour mettre en évidence les différents aspects électromagnétiques du corps.

L'une des séries d'études les plus fascinantes dans ce domaine a été menée par le Dr Valerie Hunt (ses recherches sont abordées au chapitre 38). Dans *A Study of Structural Neuromuscular, Energy Field and Emotional Approaches*, elle a enregistré des signaux de basse fréquence émanant du corps durant des séances de Rolfing²²⁰. Elle a effectué ces enregistrements en plaçant des électrodes d'argent et de chlorure d'argent sur la peau. Des scientifiques ont ensuite analysé les schémas ondulatoires enregistrés avec un analyseur de Fourier et un analyseur fréquentiel sonographique. Il s'est avéré, en effet, que le champ consistait en une série de bandes de différentes couleurs, correspondant aux chakras. Les résultats suivants, tirés de l'étude réalisée en février 1988, mettent en évidence les corrélations couleur/fréquence en hertz ou cycles par seconde :

- **Bleu** 250-275 Hz plus 1 200 Hz
- **Vert** 250-475 Hz
- **Jaune** 500-700 Hz
- **Orange** 950-1 050 Hz
- **Rouge** 1 000-1 200 Hz
- **Violet** 1 000-2 000, plus 300-400 ; 600-800 Hz
- **Blanc** 1 100-2 000 Hz

La thérapeute et lectrice d'aura Rosalyn L. Bruyere a apporté sa contribution, en enregistrant séparément les diverses couleurs qu'elle percevait intuitivement, tout en mesurant mécaniquement les sujets. Dans tous les cas, ses interprétations rejoignaient celles des tests mécaniques. Hunt a reproduit cette expérience avec d'autres médiums et est parvenue aux mêmes résultats.

MAIS QU'EST-CE QUE LE CHAMP AURIQUE ?

Nous savons qu'il existe – mais quel *est-il* ? Des scientifiques dont James Oschman, auteur d'*Energy Medicine*, le considèrent comme un champ biomagnétique qui entoure le corps²²¹. Comme l'affirme le Dr Oschman : « Les champs énergétiques sont illimités, c'est une loi de la physique. »²²² Cela signifie que nos champs biomagnétiques s'étendent à l'infini. Un équipement moderne peut mesurer à présent les champs du cœur – les plus puissants parmi ceux qui émanent d'un organe – jusqu'à 5 m de distance. Comme c'est le cas pour l'aura, la science a déterminé que ce champ magnétique transmet de l'information à propos d'événements se produisant à l'intérieur du corps et non sur la peau²²³. Sa mission est par conséquent étroitement liée à notre santé intérieure.

Le champ biomagnétique est composé d'informations provenant de chaque organe et tissu corporel. Les courants du cœur déterminent sa forme, car le cœur est le producteur d'électricité le plus puissant du corps. Le flux électrique principal est donc établi par le système circulatoire. En outre, le système nerveux interagit avec le système circulatoire et produit des flux distincts, perçus comme des motifs ondulants, au sein du champ.

Nous ne pouvons pas comprendre pleinement la fonction de l'aura sans savoir de quoi elle est faite – et nous travaillons toujours sur cette question. En résumant les recherches scientifiques, Barbara Ann Brennan suggère qu'elle se compose de « plasma », de minuscules particules – subatomiques peut-être – qui se déplacent en formant des nuages. Les scientifiques émettent l'hypothèse que les plasmas existent à un état intermédiaire entre l'énergie et la matière. Brennan déclare que ce « bioplasma » représente un cinquième état de la matière²²⁴. Rudolf Steiner, brillant auteur et philosophe, a suggéré que le champ énergétique humain était composé d'éther, un élément comparable à une masse négative, ou d'un espace vide²²⁵. Ce n'est qu'une supposition, mais il se peut que le champ soit en réalité constitué de rayonnements électromagnétiques (magnétisme en particulier) et d'une antimatière qui permet un déplacement de l'énergie entre ce monde et d'autres. La propension des thérapeutes à pratiquer une guérison énergétique basée sur l'intention tient donc au fait de pouvoir acquérir suffisamment d'intensité dans les énergies émises « ici et maintenant » pour parvenir à une équivalence dans les antimondes. Ce que nous réalisons au niveau de notre propre champ peut être transmis, comme un message instantané sur l'internet, au champ énergétique d'un autre individu.

LES COUCHES DU CHAMP AURIQUE

Barbara Ann Brennan suggère que le champ aurique se compose de sept couches. Ces dernières se déploient graduellement à partir du corps, reliées à chacun des sept chakras. Les chakras sont également connectés à différents corps subtils, qui se combinent pour former trois plans principaux. Ces plans sont accessibles via les champs auriques²²⁷.

Brennan parvient également à percevoir intuitivement deux niveaux au-delà du corps kéthérique, qu'elle regroupe sous le nom de plan cosmique. Elle les associe aux huitième et neuvième chakras. Le huitième lui apparaît comme fluide, tandis que le neuvième est composé d'un moule cristallin²²⁸.

LES MIASMES : TROUBLES INTERGÉNÉRATIONNELS TRANSMIS VIA LE CHAMP

Nous devons le terme miasme à Samuel Hahnemann, le père de la médecine homéopathique. Vers 1816, Hahnemann buta sur le cas de patients souffrant de maladies incurables. Il finit par conclure à la présence de miasmes ou « dérèglement morbide singulier de notre force vitale » : il s'agit en fait de tendances profondément ancrées ou héréditaires. Il traita ces états par l'homéopathie. Les praticiens modernes font souvent de même, en évaluant

également les miasmes et leurs solutions au moyen de méthodes telles que le dépistage électrodermique.

Hahnemann suggérait à l'origine l'existence de trois miasmes :

- 1. Psorique** : entraîne un hypofonctionnement ; lié aux prurits de la peau, mais sous-tend de nombreuses maladies.
- 2. Sycotique** : provoque un hyperfonctionnement.
- 3. Syphilitique** : engendre l'auto-destruction.

D'autres miasmes les ont rejoints depuis l'époque d'Hahnemann. Les principaux sont :

- 1. Tuberculeux** : crée la restriction.
- 2. Cancéreux** : cause la suppression²²⁹.

Il existe différentes manières d'expliquer les miasmes. L'une d'entre elles est qu'ils sont transmis via les champs morphogénétiques dont nous avons parlé plus tôt dans cette section. Une autre est qu'ils sont liés à l'épigénétique, qui explique les effets des phénomènes sociaux et émotionnels sur les gènes. Le Dr Richard Gerber suggère encore une autre idée dans *A Practical Guide to Vibrational Medicine*, dans lequel il affirme que les corps humains physiques et subtils peuvent développer des couches de cuirasses énergétiques formées par des problèmes non résolus. Nous pouvons par exemple porter en nous l'empreinte énergétique d'une infection virale grave sous la forme d'un schéma vibratoire. Bien que nous ne souffrions pas de la « maladie », nous y sommes prédisposés – ainsi qu'à d'autres états analogues. Et ces schémas vibratoires peuvent se transmettre de génération en génération²³⁰. Cette théorie embrasserait à la fois la présence de champs morphogénétiques et les héritages épigénétiques.

LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS ET LE CHAMP AURIQUE

La *figure 3.20* illustre la relation entre les champs auriques et le système des douze chakras abordé au chapitre 40. Le système des douze chakras prolonge les idées de Brennan au sujet de l'existence d'un huitième et d'un neuvième chakra, ainsi que de champs supérieurs²²⁶. Les champs auriques sont des couches progressives de lumière qui gèrent l'énergie à l'extérieur du corps. Les champs auriques sont reliés aux chakras, créant une symbiose entre ce qui se passe à l'intérieur et à l'extérieur d'une personne.

LES SEPT RAYONS²³¹

Les Sept Rayons sont les sept attributs de Dieu. En tant que système, les Sept Rayons expliquent que nos énergies subtiles agissent comme des transformateurs pour convertir des énergies hautement vibratoires en forme – le corps physique. Chaque corps renferme les énergies de tous les rayons, tout comme chaque corps physique possède des chakras, mais nos rayons particuliers de l'âme et de la personnalité déterminent notre potentiel de force et de faiblesse. Cela signifie également que les énergies qui affectent les corps d'énergie subtile d'un individu peuvent entraîner une maladie mentale, émotionnelle ou physique au niveau du corps physique.

Le concept des rayons tire son origine de la littérature védique, où ils sont associés aux sept *rishis*, maîtres évolués qui agissent en tant que représentants de l'absolu. Chaque rayon possède une couleur, un symbole, un point d'entrée et de sortie chakrique, une énergie occulte et une symbolique qui lui sont propres. Les radiesthésistes utilisent fréquemment les Sept Rayons pour confirmer leur diagnostic et leur traitement sur des patients suivant une voie spirituelle.

LE POINT D'ASSEMBLAGE : LIGNES D'ÉNERGIE CONCENTRÉES

La modalité du *point d'assemblage* définit un groupe de lignes d'énergie ou de filaments qui pénètrent le corps en un point particulier. Bien qu'elles ne fassent pas partie du corps physique, elles

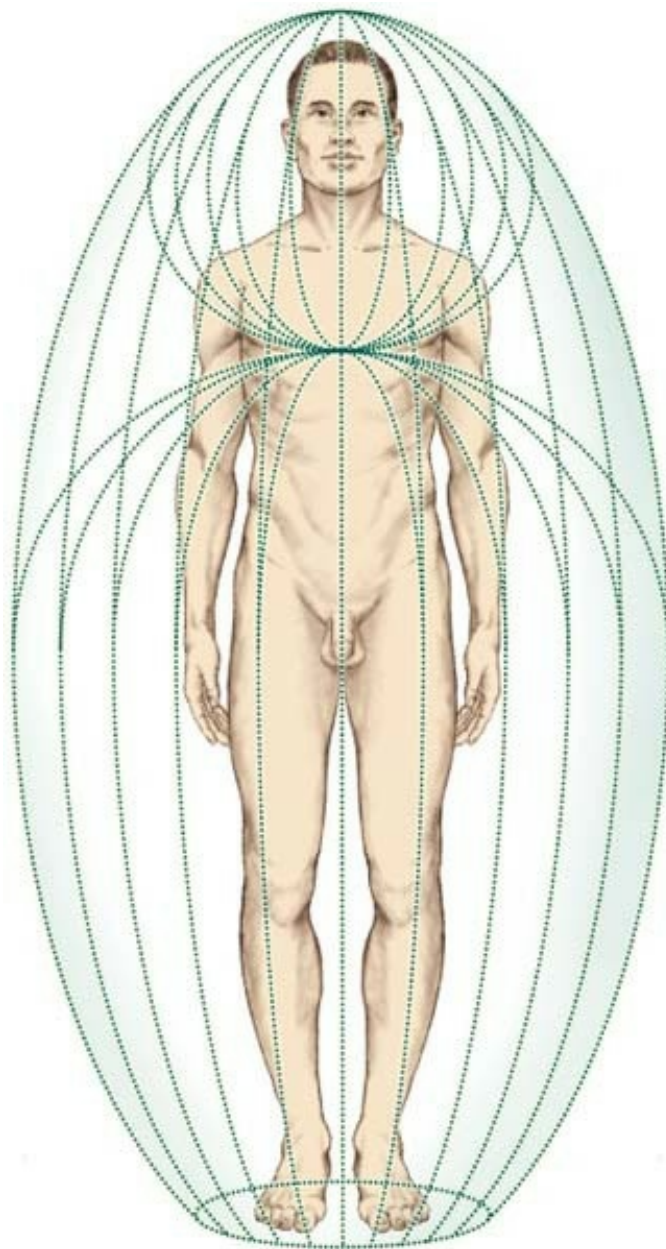
l'entourent de façon immédiate, en traversant la poitrine jusqu'au dos. Chaque filament fait environ 1 cm de diamètre, ou moins. Les filaments les plus proches du corps sont les plus puissants et les plus intenses ; ceux qui se trouvent à distance divergent et leur puissance énergétique se diffuse²³².

Les praticiens déclarent que le point d'entrée est assez sensible et fait entre 0,5 et 1 cm de large. Des recherches utilisant des thermomètres digitaux infrarouges et des scanners montrent que ce point présente environ 0,2 degré de moins que la peau qui l'environne.

Il existe plusieurs théories qui soutiennent l'existence du point d'assemblage. Celles-ci se fondent sur la compréhension que nous sommes composés d'un champ énergétique oscillant dont l'épicentre est le point d'assemblage. L'aspect du champ énergétique humain dépend de la localisation et de l'angle d'entrée de ce point, et régule l'état biologique et émotionnel de la personne. La position de ce point est cependant déterminée par l'activité biologique à l'intérieur du corps. En travaillant ce point, nous pouvons affecter de manière positive notre santé et notre vie.

Des situations très négatives, telles qu'un viol ou une ruine financière, peuvent décentrer le point d'assemblage de façon néfaste, en entraînant ainsi un bouleversement physique et émotionnel. Des traumatismes et drames vécus dans l'enfance peuvent empêcher le point d'assemblage d'occuper une position saine ; il semblerait qu'il se stabilise en un point précis vers l'âge de 7 ans. Les divers déplacements de sa position – trop haute ou trop basse, trop décalée vers la gauche ou vers la droite – affectent négativement le système tout entier, en particulier le cerveau. Les praticiens utilisent souvent des cristaux ou la gemmothérapie électronique pour déplacer et corriger le point d'assemblage.

Notre exploration des champs a couvert les champs mesurables et subtils, ainsi qu'universels. La visite a également intégré les champs naturels et créés artificiellement, ainsi que diverses variétés humaines. Nous avons découvert que des champs d'énergie qui constituent, en grande partie, les fondements de la vie même émanent de tout organisme vivant, du plus petit au plus grand, et l'affectent. Les canaux représentent encore une autre structure qui sous-tend la réalité physique, et ils font l'objet de la section suivante, la quatrième partie : les canaux d'énergie.



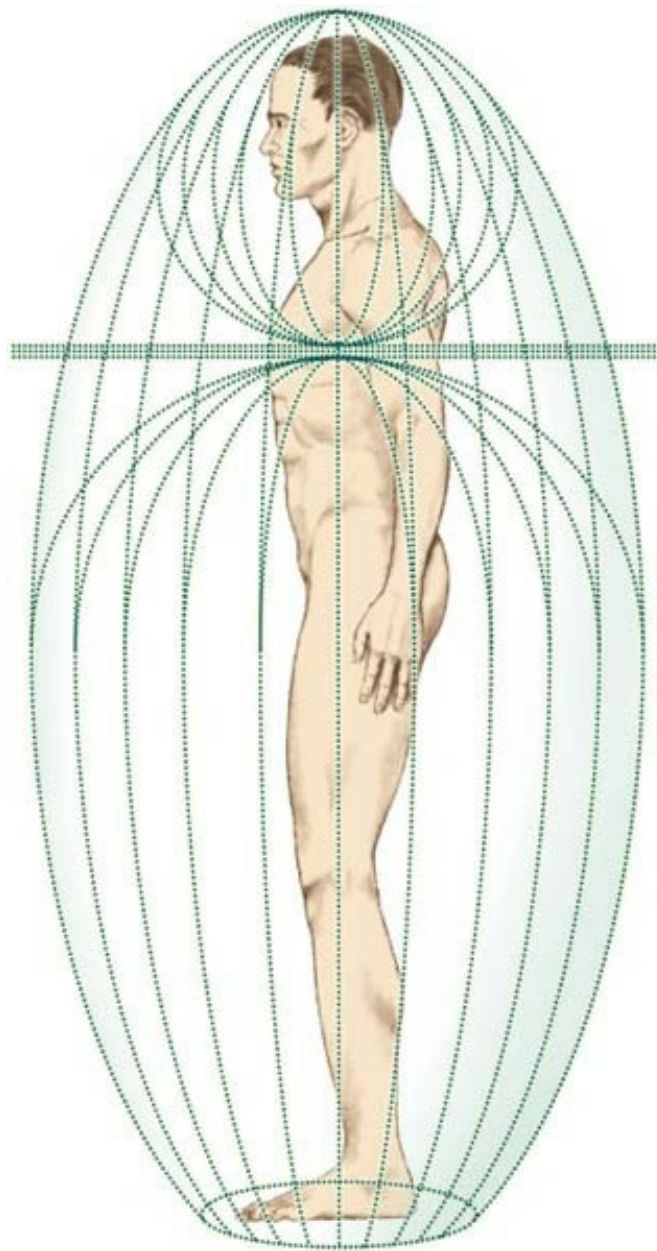
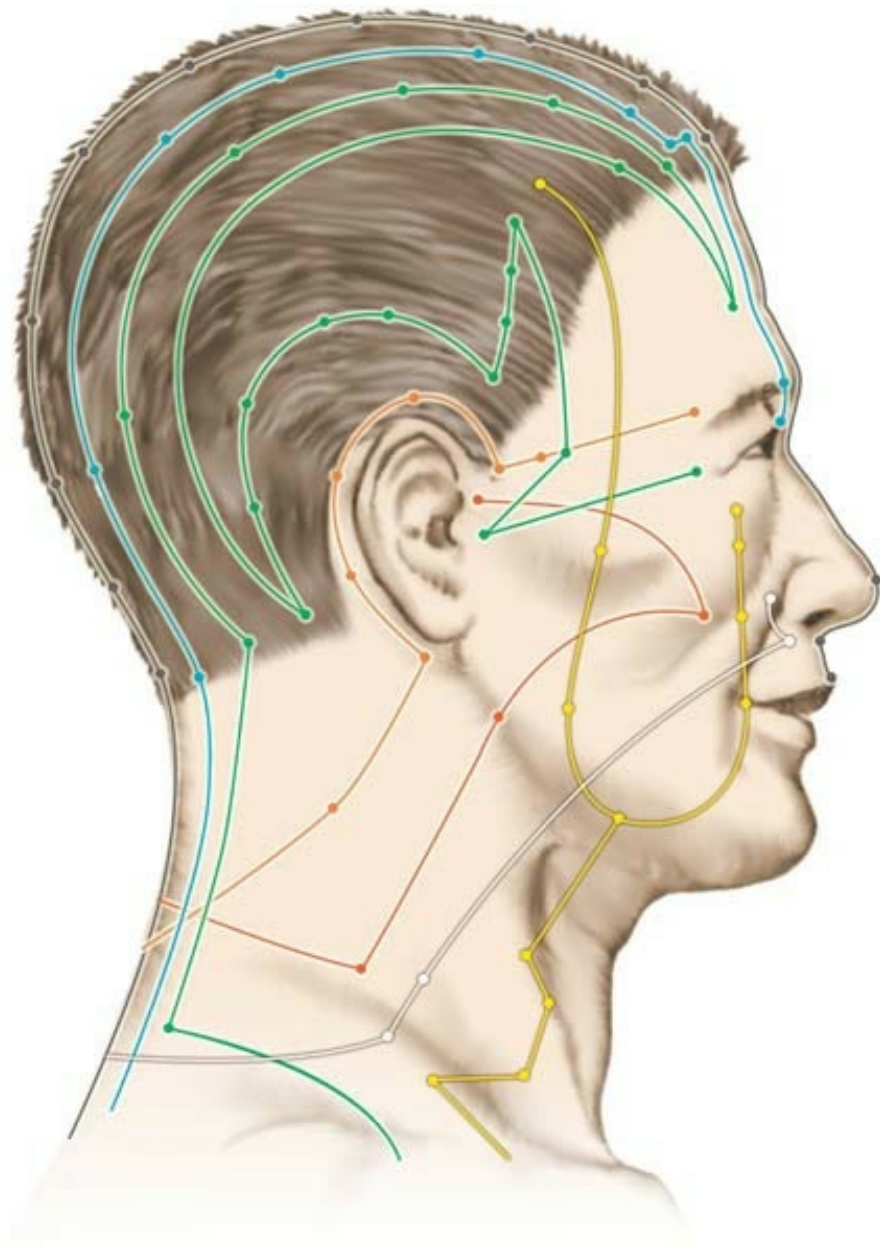


FIGURE 3.21

LE POINT D'ASSEMBLAGE

Le point d'assemblage est un ensemble de lignes d'énergie qui entourent le corps auquel elles sont reliées.



LES CANAUX D'ÉNERGIE

Canaux de lumière

Le corps humain est un système énergétique de canaux, rivières d'énergie ou de lumière, dont le rôle est de fournir une structure au corps. Ces canaux relient l'univers physique à nos vibrants tissus vivants. Il y a plus de 5000 ans, les Chinois découvrirent un ensemble de canaux d'énergie subtile ressemblant à des rivières qui coulent à travers le corps. On les appelle les méridiens. Cette vision fut à l'origine de l'une des formes les plus anciennes de médecine, la médecine traditionnelle chinoise, qui constitue la base de la médecine orientale. Les méthodes de traitement qui s'en inspirent sont les *thérapies des méridiens*, qui facilitent la répartition du qi, l'énergie subtile nécessaire à la vie.

La connaissance de ces méridiens donna naissance à un système médical complexe et extrêmement évolué, se fondant moins sur l'anatomie que sur l'*holisme*, la perception d'une personne comme un tout et non comme un ensemble de parties séparées. Le principe de base de la thérapie des méridiens veut que l'on traite la cause profonde d'un problème existant – corps, mental, esprit et émotions – au lieu de ne s'en tenir qu'aux symptômes. Les anciens Chinois se représentaient une personne comme un cercle plutôt qu'un assemblage de pièces. Mais ce cercle n'englobe pas seulement l'individu. Chaque personne – chaque organisme vivant – est intégrée à une matrice universelle. Ce qui est « ici » est, en essence, relié à tout ce qui est « là-bas ».

La thérapie des méridiens traditionnelle se fonde sur la *théorie des cinq phases*. Cette idée est complexe et constitue une explication complémentaire aux thérapies basées sur les méridiens. Contrairement aux idées qui sous-tendent la médecine allopathique, la théorie des cinq phases met en évidence le *lien* qui existe entre toutes choses, au lieu de se concentrer sur des facteurs indépendants. En plus d'affirmer que tout se résume à cinq éléments fondamentaux, elle énonce quatre idées majeures : le yin et le yang ou pôles opposés ; les sources internes et externes de la maladie ; l'ordre cyclique de la vie, comme le révèlent les cycles des saisons ; et l'existence de canaux d'énergie qui répartissent le qi – les méridiens. La théorie des cinq phases définit la nature exacte de l'essence – le moi en tant qu'être énergétique.

Ce qui débuta sous la forme d'une théorie ésotérique se transforme à présent en science vérifiable, des recherches définissant les méridiens comme des véhicules d'énergies chimiques, électriques et éthériques. En localisant les méridiens par la technologie moderne thermographique (mesure de la chaleur), électronique et radioactive, les études et les applications de ces étonnants courants d'énergie réduisent l'écart entre les pensées orientale et occidentale. Non seulement de nature énergétique, les méridiens sont aussi de nature – et exercent une influence – physique. Quant à nous, *nous* sommes aussi énergétiques que physiques.

Tout au long de nos explorations des canaux d'énergie, nous reviendrons constamment au thème central de ce livre – et à la philosophie sous-jacente des anciens Chinois : tout est une question d'énergie. La maladie est une perturbation ou un déséquilibre énergétique. À l'inverse, la guérison

est un processus de restauration ou de maintien de l'équilibre énergétique. En s'aventurant au-delà de ce qui est apparent – en creusant *sous* et, en fin de compte, à *travers* le tendon, le tissu et la peau –, les Chinois ont découvert que le manque d'harmonie des canaux subtils précédait la maladie. Que se passerait-il si vous pouviez vous aussi « creuser dans le noir », comme l'ont fait nos amis chinois ? En effet, qu'en serait-il si vous pouviez réellement apprendre à *fouiller dans les ténèbres – et à y faire jaillir la lumière* ? Vous aussi pourriez devenir le thérapeute – et la personne saine – qu'il vous est possible d'incarner.

L'HISTOIRE DE LA THÉRAPIE DES MÉRIDIENS

De nombreux savants font remonter les thérapies basées sur les méridiens au texte classique du *Huangdi neijing* ou *Canon interne de l'Empereur jaune*, datant de 2698 av. J.-C. environ, ainsi qu'au *Shennong bencao*, traduit comme le *Classique de la matière médicale du Laboureur céleste*. Le *Huangdi* représente la médecine chinoise comme un art thérapeutique, tandis que le *Shennong* se consacre à la pharmacologie. Huangdi fut l'Empereur jaune, et l'ouvrage reprend les dialogues qu'il a échangés avec ses médecins sur des questions médicales²³³.

Un autre grand classique est le *Nanjing*, ou le *Classique des Difficultés*, que l'on appelle également le *Huangdi bashiyi nanjing* ou le *Classique des Quatre-vingt-une Difficultés de l'Empereur jaune*. Les savants ne s'accordent pas sur l'auteur et la date exacte de ce livre. Certains le considèrent comme l'œuvre de Bien Que, un physicien qui vécut entre le VI^e et le III^e siècle av. J.-C. D'autres l'associent à l'Empereur jaune. D'autres encore le datent du I^{er} au III^e siècle ap. J.-C. et le rapprochent d'un auteur différent. Quelle que soit son origine, le *Nanjing* constitue une ébauche extrêmement rigoureuse et détaillée de ce qui est devenu la médecine traditionnelle chinoise.

En 1973, des fouilles ont mis à jour un autre texte, que l'on appelle aujourd'hui les *Manuscrits de Mawangdui*, du nom de la tombe dans laquelle on l'a découvert à Changsha, Hunan. L'enterrement remonte à 168 av. J.-C. Cette œuvre doit autant sa célébrité à ce qu'elle renferme qu'à ce qu'elle ne dévoile pas. Elle décrit onze méridiens au lieu de douze – en « oubliant » apparemment un méridien. Tandis qu'elle livre une philosophie archaïque du yin et du yang, elle dépeint les points d'acupuncture et d'autres éléments fondamentaux de la théorie des cinq phases. Intéressante, en outre, est son insertion de cinquantedeux « recettes magiques », telles que celles que l'on peut utiliser contre les forces démoniaques, constituant la preuve que la thérapie des méridiens possède des sources chamaniques²³⁴.

Aujourd'hui encore, les méridiens ne sont pas « visibles ». Les chercheurs démontrent leur existence et nous livrent des explications sur leur fonctionnement, mais l'œil nu – celui d'un chirurgien découpant la peau ou d'un radiologue analysant une radio – ne peut percevoir ces courants d'énergie. Les équipements et techniques modernes démontrent néanmoins l'existence du qi et nous permettent d'évaluer de quoi il se compose. Bien avant ces récentes validations scientifiques, le système fleurit parce qu'il était couronné de succès.

Le système chinois ne se cantonna pas à la Chine. Les prêtres bouddhistes diffusèrent la connaissance de ces canaux et la théorie des cinq phases au Japon, tandis que les praticiens les dispersèrent dans d'autres directions. Les Occidentaux furent touchés en dernier, principalement par le biais de jésuites français, envoyés comme missionnaires en Chine aux XVI^e et XVII^e siècles. Ils y introduisirent l'anatomie et d'autres notions occidentales et ramenèrent avec eux, en Occident, la

connaissance de la médecine traditionnelle chinoise.

Aujourd'hui, les thérapies basées sur les méridiens se répandent comme une traînée de poudre en Occident. On peut les trouver dans les hôpitaux et les cliniques et divers types de thérapeutes professionnels y recourent. Elles comptent de nombreuses applications contemporaines, mais sans doute l'une des plus marquantes et viables d'un point de vue scientifique est celle de l'acupuncture en tant qu'analgésique. L'un des chercheurs les plus connus dans le domaine du soulagement de la douleur est le Dr Bruce Pomeranz de l'Université de Toronto. Il a découvert que la stimulation des points d'acupuncture activait des fibres nerveuses myélinisées qui, à leur tour, envoyaient des impulsions à la moelle épinière, au mésencéphale et à la zone hypothalamo-hypophysaire du diencephale. Le diencephale se compose du thalamus et de l'hypothalamus, qui régulent nombre de nos systèmes sensitifs et moteurs, ainsi qu'une grande partie de nos fonctions nerveuses autonomes.

L'acupuncture augmente le niveau d'endorphines, des substances chimiques analgésiques produites de manière naturelle dans le corps. Les endorphines se fixent aux récepteurs opiacés du système nerveux et suppriment la douleur en éliminant les messages douloureux transmis au cerveau et en multipliant les signaux de « bien-être ». Une fois stimulée, la zone hypothalamo-hypophysaire libère des bêta-endorphines, qui pénètrent le système sanguin et le liquide cérébro-spinal. Ce procédé a été utilisé avec succès à la fois avec des aiguilles d'acupuncture et par la stimulation électrique. Le soulagement de la douleur le plus efficace se produit sur le long terme, par des applications à basse fréquence et intensité élevée effectuées lors de traitements répétés.

Les Chinois et autres thérapeutes orientaux qui travaillent sur les méridiens utilisent l'acupuncture comme analgésique depuis des siècles, non seulement sur l'être humain, mais aussi sur les animaux. En fait, la majorité des études réalisées sur l'acupuncture traitent du soulagement de la douleur. L'acupuncture est efficace en tant qu'analgésique 70 à 80 % du temps, comparé à 30 % pour un placebo²³⁵.

Les preuves de l'existence des méridiens vous apparaîtront plus pertinentes si vous pouvez vous représenter l'essentiel du système des méridiens. Chaque élément de la pensée qui se fonde sur les méridiens – du yin et du yang au flux du qi à certaines heures de la journée et à son influence sur les émotions – est aujourd'hui justifié par la science.

UN APERÇU DU SYSTÈME DES MÉRIDIENS

Le terme de *méridien* est la traduction la plus courante du mot chinois *ching-lo*, souvent écrit *jing-luo*. Mais il ne rend pas le sens exact. *Ching* signifie « traverser » et *lo*, « relier ». La véritable signification se rapprochait davantage du mot « canal » ; c'est pourquoi maints systèmes confèrent aux méridiens le nom de « canaux » et qualifient leurs vaisseaux secondaires de « collatéraux ». Les méridiens sont parsemés de « trous » ou *xue* : voies d'accès vers les méridiens. Les praticiens contemporains les appellent généralement les *points d'acupuncture*.

Les méridiens²³⁶ sont les voies de circulation énergétique du qi, véritable fondement du système traditionnel chinois. Le qi est l'énergie vitale et il est semblable au *prana*, au *mana*, au *maya* et à l'*orgone* des autres systèmes, ainsi qu'au *ki* du monde thérapeutique japonais. Le qi est la force qui anime et renseigne toute chose.

Le qi connaît deux principales vibrations ou niveaux (bien qu'ils soient techniquement de trois types, que l'on aborde plus loin dans ce chapitre dans « Les fondements du qi » et dans « Les trois trésors vitaux » à la page 202). À un niveau, le qi est inanimé et perçu comme une simple force ou énergie vitale. Il pénètre avec l'air dans nos poumons et retourne à la nature via notre système excréteur. À un autre niveau, il est intelligence ou information consciente.

En localisant le qi, les anciens Chinois ont théorisé ce que nous commençons seulement à découvrir maintenant par la science. En employant des termes actuels, nous pourrions dire que tout est énergie. La matière vibre à une fréquence relativement lente, et c'est la raison pour laquelle on la qualifie de matière physique. L'énergie qui vibre à une vitesse supérieure à celle de la lumière est la matière subtile. Le qi est l'énergie subtile qui crée toute matière physique.

Il existe douze méridiens principaux. Ils forment à travers le corps un réseau de canaux énergétiques qui véhiculent le qi, en contrôlant ainsi toutes les fonctions corporelles et reliant toutes les parties du corps entre elles. Chacune de ces voies d'accès est unie à un organe ou à un groupe d'organes particulier, laissant par conséquent voir le corps comme un cercle d'éléments interdépendants et non comme un ensemble de pièces séparées. Le qi irrigue le corps selon un cycle régulier de 24 heures ; ces douze méridiens principaux participent donc quotidiennement à chaque facette de la vie des processus métaboliques et physiologiques.

Les douze méridiens réguliers circulent à la surface du corps, que ce soit au niveau de la poitrine, du dos, des bras ou des jambes. Ce sont les Poumons, le Gros Intestin, l'Estomac, la Rate, le Cœur (appelé parfois le Péricarde ou le Protecteur du Cœur), l'Intestin Grêle, la Vessie, les Reins, le Péricarde, le Triple Réchauffeur (également appelé le Triple Foyer ou les Trois Foyers), la Vésicule Biliaire et le Foie. Ces termes se réfèrent aux fonctions biologiques et non aux organes structurels ; en outre, tous, sauf les méridiens du Cœur et du Triple Réchauffeur, sont reliés à un système d'organes particulier. On pense que le Triple Réchauffeur gère le niveau du qi de l'ensemble du

corps, parce qu'il contrôle la répartition de tous les types de qi. Le méridien du Cœur collabore avec le Triple Réchauffeur pour le contrôle du niveau énergétique global du corps, mais il est également essentiel au fonctionnement du cœur.

Outre les méridiens principaux, il existe *huit canaux extraordinaires*, que l'on appelle également les *vaisseaux*. Ce sont les méridiens du Du, du Ren, du Dai, du Chong, du Yin Chiao, du Yang Chiao, du Yin Wei et du Yang Wei.

Les huit vaisseaux naissent *in utero* et constituent une intense structure énergétique. Ils stockent et drainent le qi, en servant également de réservoirs qui transportent le qi et le sang vers les douze canaux réguliers. Ces méridiens secondaires ne sont pas associés à des organes ou à des méridiens particuliers ; ils se connectent plutôt aux méridiens principaux, et leur permettent d'entrer en contact avec les organes et les autres parties du corps. Les plus importants de ces méridiens extraordinaires sont le vaisseau Gouverneur, qui parcourt le milieu du dos, et le vaisseau Conception, qui sillonne l'avant du corps. Certains praticiens modernes considèrent que ces vaisseaux équivalent aux douze méridiens principaux et en comptent donc quatorze.

On associe en tout trois groupes de méridiens aux méridiens réguliers, chacun d'eux représentant douze méridiens. Les *méridiens distincts* naissent de l'un des douze méridiens principaux et traversent le thorax ou l'abdomen pour se connecter à un organe avant de faire surface au niveau du cou ou de la tête. Les *méridiens tendino-musculaires* véhiculent le qi des douze méridiens principaux vers les muscles, les tendons et les articulations. On considère cet acheminement comme superficiel parce que ces méridiens ne communiquent avec aucun organe. Les *territoires cutanés* parcourent les régions cutanées des méridiens réguliers ; on les considère eux aussi comme superficiels. Pour certains systèmes, ils font partie du système nerveux sensoriel.

Les douze méridiens réguliers sont jalonnés par 400 points d'acupuncture, comme l'a répertorié l'Organisation mondiale de la Santé (certains systèmes dénombrent entre 500 et 2 000 points). Ces derniers sont classés par leur nom, leur nombre et le méridien auquel ils correspondent²³⁷. Tout méridien compte 25 à 150 points d'acupuncture qui lui sont propres et se termine au bout d'un doigt ou d'un orteil. Chaque méridien possède des points particuliers qui reflètent le plus fidèlement son état actuel. Il existe un « point d'alarme » sur la ligne médiane antérieure du torse qui réagit lorsqu'un méridien donné présente un déséquilibre du qi. À ce point d'alarme correspond un « point associé », situé le long de la colonne vertébrale, qui répercute les problèmes survenant au niveau de ce méridien. Ces points figurent dans les illustrations des méridiens (voir pages 181-197).

Chaque groupe d'organes véhicule son propre type de qi, qui lui permet d'accomplir certaines fonctions physiques et énergétiques particulières. La médecine occidentale se spécialise dans l'analyse des fonctions physiques d'un organe, comme la production d'enzymes par le foie. La médecine orientale y adjoint une compréhension des fonctions énergétiques d'un organe et du système de cet organe – les rôles particuliers et holistiques qu'il joue au sein du moi dans son intégralité.

On se représente sans doute mieux le qi comme un continuum d'énergie que comme quelque chose que l'on peut définir au microscope. Il est à la fois inanimé et animé. Il est fluide et inconscient tout comme délimité et conscient. Il se compose également de deux ensembles d'information opposés : masculin et féminin, ou yin et yang.

Le *yin* est l'énergie terrestre représentant les qualités féminines sur cette planète et de nature froide. Le *yang* est l'énergie céleste évoquant le côté masculin et de nature chaude. Le *qi* est une combinaison de ces deux spectres d'énergie distincts ainsi que de nombreuses autres expressions particulières de la nature. On le définit également en rapport avec les cinq éléments : forces

d'énergie, vitales et fondamentales, qui sont constamment en mouvement. Ces éléments constituent les fondements de la théorie des cinq phases de diagnostic et de traitement, que l'on aborde plus tard dans cette section. Chacun de ces éléments correspond à l'un des cinq systèmes d'organes principaux, que l'on peut dès lors classer suivant son lien avec une saison, une heure, une couleur, un son, une odeur, une émotion, un aliment... et bien d'autres. La théorie du yin et du yang et la théorie des cinq éléments reflètent une loi universelle : tout s'inscrit dans un ensemble complexe de liens interdépendants qui sous-tend le niveau physique de la réalité.

La théorie du yin et du yang est essentielle pour comprendre les méridiens. Tout dans le corps – et dans le système des méridiens – est dual. Chaque méridien, par exemple, se compose de deux parties. La partie extérieure œuvre à la surface de la peau en y accumulant de l'énergie. Il s'agit là d'une fonction yang. La partie intérieure dessert les organes internes en acheminant l'énergie vers un organe ou un centre du système corporel. C'est un processus yin.

Les méridiens principaux se subdivisent en groupes yin et en groupes yang. Les méridiens yin du bras sont les Poumons, le Cœur et le Péricarde. Les méridiens yang du bras sont le Gros Intestin, l'Intestin Grêle et le Triple Réchauffeur. Les méridiens yin de la jambe sont la Rate, les Reins et le Foie. Les méridiens yang de la jambe sont l'Estomac, la Vessie et la Vésicule Biliaire. L'énergie yang régit le vaisseau Gouverneur et l'énergie yin le vaisseau Conception.

On distingue également les méridiens excitateurs (yang) des inhibiteurs (yin) selon la polarité du qi qu'ils gèrent. On qualifie également les organes reliés aux méridiens yin de yin ou d'inhibiteurs, et les organes reliés aux méridiens yang de yang ou d'excitateurs. Parce que les aspects yin et yang d'un méridien sont en étroite relation, vous pouvez traiter un état lié au yang et induire un effet du côté yin du méridien.

Tous les méridiens fonctionnent par paire ou possèdent un pôle opposé (voir « Les cycles du qi : l'horloge biologique » à la page 215). Les méridiens des pôles se situent à douze heures de distance sur le cycle de 24 heures. Ces méridiens appariés se ressemblent sur certains points, mais se distinguent sur d'autres. C'est le cas, par exemple, des méridiens de la Rate et du Triple Réchauffeur. Tous deux affectent le système immunitaire et constituent des circuits de rayonnement, mais ils peuvent aussi réagir négativement l'un par rapport à l'autre. Si le Triple Réchauffeur est trop excité, le méridien de la Rate est inhibé, et inversement. Le Triple Réchauffeur atteint son pic énergétique entre 21 et 23 h ; pour le méridien de la Rate, c'est entre 9 et 11 h.

LE YIN ET LE YANG : LA RENCONTRE DES OPPOSÉS

La théorie du yin et du yang suggère l'existence de deux types de force principaux. Ils sont en opposition et pourtant également en interdépendance mutuelle. Combinées, les énergies yin et yang forment une énergie suprême et unifiée – celle qui est à l'origine de l'Univers et ne cesse de l'irriguer.

Le yang est l'énergie masculine excitatrice. Il est dynamique, stimulant et logique. Il élève et représente le ciel. Le système chinois le considère comme chaud ou capable de produire de la chaleur. Le yin est l'énergie féminine inhibitrice. Elle est statique, apaisante et intuitive. Elle renvoie aux points de basse altitude des terres et de la nature et on la représente par la terre et le monde souterrain. On la considère comme froide ou capable de générer du froid.

Le yin et le yang constituent deux types différents de qi. Il existe également des méridiens et des organes yin se distinguant de leurs pendants yang. Leur déséquilibre peut entraîner de graves ennuis de santé. Un excès de chaleur, par exemple, cause douleur et inflammation. Un excès de froid provoque stagnation et obstruction. Chacun des deux pôles est nécessaire à l'équilibre de l'autre ; par exemple, la chaleur peut atténuer le froid et le froid réduire la chaleur. Parce que le yin et le yang sont interdépendants, il existe toujours entre eux un lien qui favorise l'état du pôle opposé. Nous ne pouvons, par exemple, comprendre la chaleur que par la présence du froid.

Le yin peut mener au yang et inversement. L'un se fond dans l'autre – puis s'en détourne. La glace (yin), par

exemple, se change en eau sous la chaleur du yang, et, davantage chauffée, elle se transforme finalement en vapeur. L'activité du corps (yang) s'appuie sur la forme matérielle (yin) et l'alimente en retour. Cette harmonie s'atteint en réduisant et en équilibrant le contrôle et l'inhibition. Le système nécessite parfois une augmentation du yin : nous pourrions être fatigué et avoir besoin de repos. Le yin entreprend de nous détendre. Le yang, ou mouvement, doit diminuer pour lui permettre de réaliser ce changement (nous ne pouvons pas faire une sieste pendant que nous courons). Le pôle opposé doit se manifester quand il est temps pour lui de se mettre au travail. Il y a une raison au fait que l'on qualifie parfois les gens de « mollassons ». Se vautrer devant la télévision en mangeant des chips est une habitude yin, mais ce n'est pas bon pour notre tour de taille ou notre mental. Nous devons relâcher un peu de yin pour permettre au yang d'apporter sa saine contribution. De même, tout yang n'est pas bénéfique ; nous avons besoin de repos et non de courir constamment des marathons, qu'ils soient physiques ou mentaux.



Dans le système chinois, toute vie est un cycle de yin et de yang, dont participent les saisons : alternance continue de yin (hiver) et de yang (été) équilibrés par les saisons intermédiaires. Lorsqu'il atteint son sommet, un extrême entraîne souvent la manifestation de l'autre. Les solstices, par exemple, se produisent lorsque le soleil atteint sa position la plus méridionale ou septentrionale, marquant ainsi un changement de lumière. Le 21 décembre, le soleil est au plus bas ; le 21 juin, il atteint sa hauteur maximale. Le solstice d'hiver est yin ou sombre et ouvre la voie au yang ou à la lumière ; et inversement pour le solstice d'été. Ces exemples reflètent la façon dont nos corps évoluent d'un extrême à l'autre, dans un flux et reflux constant de yin et de yang.

Selon la théorie des cinq phases, chaque méridien est associé à un élément. Nous pouvons nous représenter ce lien, ainsi que les propriétés yin/yang correspondantes, dans ce tableau :

FIGURE 4.1
LES MÉRIDIENS YIN ET YANG

Méridien yin/yang	Élément
Poumons (bras yin) et Gros Intestin (bras yang)	Métal
Estomac (jambe yang) et Rate (jambe yin)	Terre
Cœur (bras yin) et Intestin Grêle (bras yang)	Feu
Vessie (jambe yang) et Reins (jambe yin)	Eau
Péricarde (bras yin) et Triple Réchauffeur (bras yang)	Feu
Vésicule Biliaire (jambe yang) et Foie (jambe yin)	Bois

Chaque partie du corps se reflète dans quelque chose d'autre dans ou en dehors du corps. Ce point de vue a généré un système médical extraordinairement profond – et complexe. La simplicité se cache cependant sous ce génie. Toutes les méthodes traditionnelles chinoises se résument essentiellement à un seul processus : l'évaluation du qi par les méridiens.

LES FONDEMENTS DU QI

L'on prête au qi de nombreuses interprétations, presque chaque culture possédant sa version propre, mais, de manière générale, il représente l'énergie vitale de l'univers. Le qi est l'énergie pure et fluide qui active et nourrit la vie et relie le microcosme au macrocosme. Les anciens Chinois envisageaient le qi dans un continuum. Le *qi matériel* est inconscient et crée l'univers mesurable ; il est mesurable car il forme l'univers mesurable. Le *qi subtil* est immensurable, en ce qu'il élabore l'univers et la conscience encore immatériels. En circulant à travers les méridiens, les canaux de distribution du qi, le qi est à la fois fluide (ou inconscient) et codé (conscient). Sous cette dernière forme, le qi transmet l'information d'un lieu ou système corporel à un autre, ainsi que depuis et vers l'Univers.

Le qi diminue et se propage dans une alternance de cycles d'énergies positives et négatives, ou yin et yang. Il peut prendre, au cours du processus, plusieurs formes et aspects. Comme c'est le cas de toute énergie, on ne peut le détruire ; il passe purement et simplement d'un état à un autre. Tout est une manifestation temporaire du qi – en particulier l'univers physique.

On considère le qi comme la source de tout mouvement dans le corps comme dans l'Univers. Dans son état intelligent, il relie en fait le matériel au spirituel, ou notre corps à notre esprit. À cet égard, on le rapproche souvent du souffle, on se le représente comme la source de la vitalité, comme l'instrument de mesure de l'énergie et on lui prête le rôle de celui qui crée et entretient la personnalité.

Au Japon, il porte le nom de *ki*. Pour les Indiens, il représente le *prana*. Les Pictes du Nord de l'Angleterre l'appelaient *maucht* et les chrétiens l'ont longtemps considéré comme un don du *Saint Esprit*. Les Grecs et les Égyptiens le qualifiaient d'*Art des mystères* tandis que le vaudou haïtien se le figurait comme la *Puissance suprême*. Pour les tribus des monts Appalaches, il signifie *L'Étincelant*. Les chercheurs actuels peuvent l'appeler *bioénergie*, *biomagnétisme*, *énergie électrochimique*, *énergie électromagnétique*, *énergie subtile* ou tout simplement *énergie*.

Il existe différentes façons d'appréhender le qi, selon les divers systèmes théoriques. Vous en trouvez ci-dessous une version populaire tirée du Qigong, procédé thérapeutique se basant sur des mouvements, que l'on abordera à la page 356 :

Le qi céleste : concerne les énergies de l'Univers, telles que la lumière du soleil, la gravité et le magnétisme ;

Le qi terrestre : concerne tout ce qui peuple la Terre, tel que les terres, les mers, le vent, les plantes et les animaux ;

Le qi humain : l'énergie, dans sa relation avec les êtres humains²³⁸.

Ces trois sortes d'énergie sont interdépendantes. Le qi céleste influence le qi terrestre et tous deux affectent le qi humain. Dans le système chinois, les trois types de qi circulent à travers le

méridien du Triple Réchauffeur, qui gère leur distribution. De là, il parcourt les douze méridiens suivant un cycle de 24 heures, son flux variant selon les saisons de l'année. De plus, il irrigue les deux vaisseaux principaux : l'un situé au centre du corps antérieur (le vaisseau Conception) et l'autre qui remonte vers le centre du dos (le vaisseau Gouverneur).

L'une des façons de concevoir ces formes interdépendantes d'énergie vitale nous est livrée par l'interprétation qu'en donne le Taiji Quan, qui constitue à la fois un art de vivre et une version « douce » et énergétique de l'art martial. Le *Taiji* signifie « l'ultime » et il invite à progresser vers l'existence ultime, en partie par le biais d'une série de mouvements qui font circuler le qi à travers le corps. Dans le Taiji, l'on peut accéder aux trois niveaux d'énergie en suivant trois étapes de développement. Le niveau de base est l'*énergie vitale* et est inhérent à tout organisme. La phase suivante est le *qi*, manifestation supranormale de l'énergie vitale. Le troisième niveau correspond à celui du *qi du ciel*, forme d'énergie supérieure à celle du qi. Selon le Taiji, le qi génère une forme d'énergie que l'on appelle *jing* ou encore *nei jing*, la force intérieure. L'on pratique le Taiji non seulement pour générer davantage de qi, mais pour le transformer en jing plus élevé. Un autre objectif à la pratique du Taiji est celui de produire *li*, une force physique.

Dans la théorie des cinq phases, le qi est souvent présenté sous ces trois formes, que l'on appelle les trois trésors vitaux :

- l'essence fondamentale ou *jing*;
- l'énergie ou force vitale ou *qi* ;
- l'esprit et le mental ou *shen*²³⁹.

À leur tour, ces trois types d'énergie vitale se subdivisent suivant les systèmes organiques, comme vous le découvrirez dans « Les trois trésors vitaux » à la page 202 et au chapitre 34, « Les cinq phases et les théories de diagnostic connexes ».

Un autre système présente six nouvelles versions du qi. Ce sont :

Le qi sain : transmis par l'air pur que nous inhalons ;

Le qi déchet : évacue les déchets lorsque nous expirons ;

Le qi matériel : une combinaison de qi pur et de déchets, ainsi que de nutriments alimentaires ;

Le qi nourricier : provient d'aliments digérés ; le qi qui circule ensuite à travers le corps et nourrit l'ensemble ;

Le qi protecteur : qi composé d'aliments ; le qi qui entreprend des manœuvres défensives en circulant à travers les tissus superficiels du corps et de la peau ;

Le qi fonctionnel : les types de qi associés à un système organique ou à un méridien particulier.

La toute nouvelle théorie sur le qi est celle du qi mécanique. Le Dr Yury Khronis, un physicien d'origine russe, a inventé il y a quelques années un appareil complexe générateur de qi. En collaborant avec un maître de qi formé en Orient et répondant au nom de Chen Dong, il est parvenu à produire du qi électroniquement. La machine comprend, par exemple, un schéma de qi appelé « silence mental » qui transmet au cerveau des ondes thêta à basse fréquence et un autre qui génère des schémas pour chaque point chakrique²⁴⁰.

Une théorie expliquant le fonctionnement de la machine est que, bien que le qi soit une énergie subtile, il peut être véhiculé par des énergies électromagnétiques. Cette idée fait écho au modèle d'énergie de William Tiller abordé dans la première partie, qui démontre l'existence d'une polarité entre les énergies subtiles et matérielles. Les schémas électromagnétiques d'énergie peuvent dès lors contenir les empreintes subtiles de ce que nous pouvons percevoir via nos cinq sens habituels²⁴¹.

LE QI PHYSIQUE

Des études menées par des chercheurs comme le professeur Kim Bonghan suggèrent que le qi, en plus d'être une substance éthérique, peut aussi être constitué de matière physique. Comme nous l'examinons dans « Le mariage des énergies subtiles et de la matière dans les méridiens » à la page 167, le Dr Bonghan a déterminé que le qi est un fluide composé de plusieurs substances chimiques et d'électricité. De nombreux professionnels de la bioénergie sous-entendent que ce qui est subtil est également physique.

On considère le qi nourricier comme yin et le qi protecteur comme yang²⁴². Il existe également plus de 700 cavités fréquemment utilisées en acupuncture, acupression et Qigong. Il s'agit des cavités naturelles du corps, telles que les cavités sinusiennes, gastro-vasculaires, nasales et articulaires, dont la majorité d'entre elles renferment des organes ou baignent dans du liquide. À cause des variations énergétiques, vous devez augmenter ou diminuer votre énergie pour qu'aucune des cavités ou méridiens de qi ne s'obstrue.

THÉORIES SUR L'EXISTENCE, LE RÔLE ET LE FONCTIONNEMENT DES MÉRIDIENS

Les méridiens sont des voies d'accès vers maints types d'énergies subtiles et physiques différents. Bien qu'invisibles à l'œil nu, ce sont des circuits d'énergies positives et négatives, ainsi que des fluides corporels, mesurés au moyen de diverses méthodes. En outre, les 400 à 500 points de méridiens (leur nombre varie suivant le système) que l'on utilise en acupuncture, procédé consistant à implanter des aiguilles au niveau des méridiens via des points d'entrée énergétiques, présentent des caractéristiques électriques uniques et viables du point de vue scientifique qui les distinguent de la peau qui les entoure. De nature électromagnétique, les points d'acupuncture peuvent être décelés au toucher, en les évaluant avec des tensiomètres microélectriques, et via l'utilisation de la kinésiologie appliquée ou « tests musculaires », qui analysent les réactions du corps à des concepts ou des substances (nous traiterons de la kinésiologie dans la sixième partie). La recherche scientifique soutient cinq théories différentes, mais étroitement liées aux méridiens.

LA THÉORIE BIOMÉCANIQUE

L'explication biomécanique centre ses recherches sur la validation de l'existence des méridiens. Certaines recherches, comme celles menées par les Dr Claude Darras et Pierre De Vernejoul, consistent à explorer le système des méridiens au moyen de traceurs radioactifs. Les recherches plus poussées du Dr Liu YK ont défini la localisation des points d'acupuncture sur les nerfs moteurs²⁴³. Ces études et d'autres montrent que les méridiens font partie de la structure mécanique du corps et interagissent avec le système anatomique.

LA THÉORIE BIOÉLECTROMAGNÉTIQUE

Le corps humain est un phénomène électromagnétique, ce n'est pas un mystère. Depuis des décennies, les scientifiques étudient la merveille que l'on appelle le « courant de blessure ». Lorsque la peau est blessée, la zone touchée émet des ions chargés électriquement dans le tissu environnant, en créant une faible charge électrique, comparable aux charges produites par une pile. Ce courant électrique remplit une fonction essentielle : il provoque une réaction de guérison dans les cellules voisines. De nombreuses recherches ont mis en pratique cette réalité physiologique pour expliquer l'efficacité de la stimulation des points d'acupuncture.

LA THÉORIE DES ONDES STATIONNAIRES

En 1986, deux chercheurs, Fritz-Albert Popp et Chang-Lin Zhang, collaborèrent au développement

d'un modèle que l'on appelle l'*hypothèse de la superposition des ondes stationnaires*. En bref, ils ont représenté l'ensemble du système des méridiens sous la forme d'une image holographique du corps figurant dans les oreilles et les pieds. Leur but était également d'expliquer l'interconnexion des points.

Également appelée la théorie de Zhang-Popp, la théorie des ondes stationnaires appliquée aux méridiens se base sur un principe scientifique du nom de *superposition*. La superposition sous-tend l'interaction des ondes, un sujet que nous avons analysé dans « Les principes fondamentaux : les particules et les ondes » à la page 20. Nous vous avons présenté les ondes stationnaires dans « Les ondes scalaires » à la page 105. Nous reviendrons sur certaines de ces informations pour mettre en lumière leur application aux méridiens.

La superposition se produit quand deux ou plusieurs ondes semblables se combinent pour en former une troisième plus complexe. Ces ondes créent quelque chose de nouveau – mais fonctionnent également comme elles le faisaient auparavant. Certaines interagissent cependant de manière un peu différente. On parle d'*interférence* quand deux ondes partent du même point et se rencontrent en ayant suivi des directions différentes. Lorsque ces deux ondes sont en phase l'une avec l'autre, il en résulte une *interférence constructive* ou renforcement. L'onde résultante est deux fois plus amplifiée que celles d'origine. L'*interférence destructive* apparaît lorsque les ondes sont déphasées et s'annulent. Les *ondes stationnaires* sont des ondes comprenant certains éléments fixes dans le temps. Elles se forment par la rencontre de deux ondes progressives venant de directions différentes – et qui créent ensuite une onde verticale agréable d'un point de vue harmonique. Selon la théorie de Zhang-Popp, les ondes provenant des points d'acupuncture et des méridiens agissent suivant le principe d'interférence constructive.

LES MICROCIRCUITS : UN SYSTÈME ÉLECTRIQUE SECONDAIRE

Un nombre sans cesse croissant de scientifiques suggèrent que le système des méridiens participe d'un système électrique secondaire – dont relèvent, mais se distinguent également les systèmes circulatoire et nerveux central bien établis.

Au cours de ses recherches, le Dr Björn Nordenström a constaté que l'électricité, comme le sang, circule par le flux sanguin, mais semble « alimenter » deux systèmes différents (mais étroitement liés)²⁴⁴. Éminent radiologue suédois, Nordenström a découvert que le corps possède l'équivalent des circuits électriques qui le traversent, ce qu'il décrit dans son livre *Biologically Closed Electric Circuits : Experimental and Theoretical Evidence for an Additional Circulatory System*²⁴⁵. Nordenström a déterminé que ces circuits sont activés par une blessure, une infection, une tumeur ou même par l'activité normale d'un organe. Selon lui, ces voltages se forment et fluctuent en parcourant les artères, les veines et les parois capillaires.

Les circuits biologiques fonctionnent sous l'action de charges accumulées, qui oscillent entre les deux polarités, positive et négative. Les gros vaisseaux font office de câbles et le plasma de conducteur des charges. Dans un tissu perméable, comme le tissu conjonctif, c'est le liquide intracellulaire qui sert de conducteur ionique. Ces ions circulent dans les cellules via les ouvertures cellulaires et les pores. Les électrons traversent les parois par le biais des enzymes. Cependant, lorsqu'elles sont soumises à un champ électrique, comme celui généré par un muscle blessé, les parois artérielles se ferment. Cela force les ions à voyager par le flux sanguin et le long des parois capillaires. Il existe en effet un « circuit électrique secondaire » dans le corps.

Les implications de ces travaux sont stupéfiantes. En déplaçant le flux ionique – et en progressant entre les circuits –, nous pouvons potentiellement soigner des maladies, dont le cancer et les troubles auto-immuns, comme l'a démontré Nordenström en guérissant apparemment plus de quatre-vingts personnes du cancer.

Bien avant les découvertes de Nordenström, les scientifiques pensaient que chaque activité humaine faisait intervenir la conduction de signaux électriques le long des fibres du système nerveux. Aujourd'hui, il semble que tout processus corporel implique le flux et le reflux de circuits électriques fermés biologiquement²⁴⁶. Ses recherches expliquent aussi, en partie du moins, comment les méridiens et les points d'acupuncture fonctionnent. Le processus s'inscrit dans

l'électromagnétisme. Dans son livre, Nordenström formule plusieurs hypothèses à ce sujet, dont :

- les points d'acupuncture servent de récepteurs des signaux d'énergie subtile provenant du monde extérieur, comme un système de radar sophistiqué ;
- ces centres reçoivent tout type d'énergies, pas seulement les énergies physiques, comme le reflètent des recherches mettant en évidence la capacité de maîtres de Qigong à affecter les propriétés électriques du corps par des procédés mentaux et des champs de force ;
- ce processus pourrait expliquer les effets placebo et nocebo, et la rémission spontanée du cancer, pour citer quelques-uns des phénomènes psycho-somatiques. En d'autres termes, des messages de confiance ou de conviction peuvent eux-mêmes pénétrer les points d'acupuncture et altérer le système électrique secondaire, en favorisant la guérison²⁴⁷.

Nordenström conclut que l'on peut considérer les forces circulant dans le système secondaire comme représentant le qi et les charges négative et positive, le yin et le yang. Le système secondaire est le système des méridiens, du moins en partie. Les forces bioélectromagnétiques influencent la vie et la mort des cellules et du corps dans son ensemble, en révélant les cycles des cinq éléments et leurs organes associés²⁴⁸.

Les expériences de Nordenström l'ont amené à guérir des cancers. En insérant directement des électrodes aiguilles en acier inoxydable dans des tumeurs au foie et en appliquant dix volts d'électricité positive avec une électrode négative posée sur la peau de la poitrine, Nordenström est parvenu à détruire un tissu cancéreux²⁴⁹. Robert O. Becker, chercheur de pointe dans le domaine des effets de l'électricité sur le corps, affirme que les deux types d'électricité, positive ou négative, augmentent le risque de cancer. La dégénérescence découlant d'applications électriques résultent d'altérations ioniques provoquées par les charges électriques : par exemple, quand l'électricité modifie le pH local²⁵⁰. Becker a réalisé ses propres expériences. Certaines d'entre elles l'ont amené à la conclusion que les cellules cancéreuses exposées à certains facteurs électriques se développaient plus vite, à 300 % au moins, que les cellules sous contrôle (une fois encore, lorsque l'électricité était positive ou négative). Des recherches menées notamment par le Dr Abraham Liboff, professeur de physique, ont révélé que le facteur critique dans la réduction ou l'augmentation de la croissance cancéreuse ne tenait pas à la charge électrique, mais à l'exposition à des champs magnétiques. Les recherches que l'on décrit tout au long de ce livre montrent que les champs magnétiques²⁵¹ nord ou sud entraînent des effets opposés en ce qui concerne la croissance ou la dégénérescence tissulaire.

La peau possède une grande conductivité électrique, en partie parce qu'elle se compose de sodium, de potassium et d'autres ions chargés électriquement, dont les protéines et l'ADN, qui émettent un rayonnement électromagnétique lorsqu'on les accélère ou les stimule. Cette conductivité dépend du champ électrique interne, établi par le schéma d'interférence découlant de la superposition des nombreuses ondes. La conductivité la plus haute de la peau se situe aux points d'acupuncture²⁵².

L'aiguille crée une perturbation dans le schéma ondulatoire standard et active le courant de réaction à la blessure. À ce stade, le champ électromagnétique connaît une transformation, qui provoque, à son tour, des changements au niveau des réactions physiologiques²⁵³. Les modifications du champ ne sont pas seulement locales, mais se répercutent à l'ensemble des champs du corps : d'où la « nature holographique » de cette théorie.

LA THÉORIE DU TISSU CONJONCTIF

Cette théorie se base sur l'existence de structures cytosquelettiques dans chaque cellule du corps. Ces structures forment en effet le tissu conjonctif. La résonance magnétique nucléaire a démontré que les muscles s'organisent en structures cristallines liquides qui se modifient de manière considérable quand elles sont exposées à des champs électromagnétiques²⁵⁴. Cette altération se produit parce que le tissu conjonctif porte des charges électriques statiques et qu'il est influencé par le pH, la teneur en sel et la constante diélectrique du solvant. Maints scientifiques pensent à l'heure actuelle que les méridiens sont liés à ce « réseau liquide » ou, du moins, qu'ils stimulent sa réaction. En d'autres

mots, ce réseau liquide transmet les réactions électromagnétiques obtenues par l'acupuncture.

LE TISSU CONJONCTIF, L'ÉNERGIE ET LES POINTS D'ACUPUNCTURE

Le Dr William Tiller a formulé une théorie qui explique comment les méridiens interagissent avec les énergies éthériques, ou subtiles, du corps physique. Ses idées se basent principalement sur des recherches consacrées au rôle du tissu conjonctif et de la science des méridiens.

Des recherches ont montré qu'il existe une résistance électrique d'environ 50 000 ohms entre deux points d'acupuncture, et, sur une même surface de peau normale, vingt fois moins de résistance. La résistance varie selon ce que nous faisons ; par exemple, elle augmente durant le sommeil et même davantage lorsque nous sommes stimulés émotionnellement. Ces expériences et d'autres ont amené certains chercheurs, comme le remarque Tiller, à conclure que les points d'acupuncture se situent dans les dépressions superficielles qui se forment au niveau des plans entre deux ou plusieurs muscles. Ils sont contenus dans les colonnes verticales du tissu conjonctif et entourés d'un tissu cutané encore plus épais et dense. Ce tissu externe n'est pas un bon conducteur d'électricité, ce qui indique que le point d'acupuncture est en fait un conducteur relativement indépendant²⁵⁵.

Comme Tiller l'explique dans son livre *Science and Human Transformation*, la « connexion » entre le tissu conjonctif et le système des méridiens peut s'expliquer de la façon suivante. Les points d'acupuncture se situent dans les dépressions superficielles le long des plans de clivage entre deux ou plusieurs muscles. Ils sont entourés par un tissu conjonctif mou, lui-même ceint d'un tissu conjonctif cutané, épais et dense – qui n'est pas bon conducteur d'électricité. Lorsque le méridien connaît un grave déséquilibre, des différences se marquent dans les schémas de résistance, qui n'existent pas lorsqu'il y a équilibre²⁵⁶.

En cas de grave déséquilibre (comme lors d'une maladie), une force de succion maintient l'aiguille d'acupuncture en place, la relâchant lors d'un retour provisoire à l'équilibre. Cela fonctionne pour tous les traitements de type acupuncture, dont l'acupression, la moxibustion, les aiguilles, le courant électrique et la lumière laser. Cette stimulation génère des endorphines dans la circulation sanguine, qui à leur tour produisent des enképhalines dans le cerveau – toutes des opiacés naturels du corps. On a également découvert que la sérotonine sert de médiatrice pour l'analgésie par acupuncture à la fois dans le cerveau et la moelle épinière.

Cette théorie n'explique pas complètement certaines des modifications histologiques ou tissulaires qui se produisent pendant l'acupuncture, ce qui prouve, comme le déclare Tiller, que les méridiens doivent traiter des énergies autant subtiles que physiques. Tiller suppose l'existence de particules, qu'il appelle « deltrons », qui relient ces deux énergies²⁵⁷. Ces deltrons permettent à Tiller d'énoncer ce qui suit :

- les méridiens, situés dans le tissu conjonctif, sont des antennes pour les énergies subtiles ;
- les antennes d'acupuncture agissent principalement au niveau éthérique plutôt que physique, ce qui explique l'absence de différences histologiques entre les points d'acupuncture et le tissu qui les entoure ;
- les ondes d'énergie subtile parcourent les méridiens éthériques, en produisant un flux de potentiel vecteur magnétique le long des canaux méridiens ;
- ce flux crée un champ électrique le long du canal, qui pompe les ions du canal pour en augmenter sa conduction ionique et ensuite accroître la conductivité électrique des points d'acupuncture à la surface de la peau.

Ce modèle suggère que le champ électromagnétique extérieur et les systèmes énergétiques du corps peuvent communiquer via les substances internes physiques et subtiles du corps – notamment les méridiens. Il sous-entend également que cette communication transformationnelle entre le corps éthérique et le corps physique explique pourquoi les aimants peuvent influencer les points d’acupuncture.

L’ACIDE HYALURONIQUE : UN LIEN MANQUANT ?

Qu’est-ce qui pourrait relier le tissu conjonctif à notre système de microcircuits ? Une possibilité serait l’acide hyaluronique (AH).

L’AH est un composant du tissu conjonctif. Il assure un rôle de lubrifiant et de tampon. Intervenant dans la cicatrisation des plaies, il s’associe à la fibrine, qui contribue à la coagulation, pour former une matrice tridimensionnelle favorisant la reconstruction du tissu²⁵⁸. Comme nous l’apprendrons ci-après dans « Le mariage des énergies subtiles et de la matière dans les méridiens », le chercheur Kim Bonghan a déduit que le qi, au niveau physique, est fait d’électricité et de substances chimiques au potentiel énergétique élevé, dont l’acide hyaluronique, qui compose les fluides circulant à travers les méridiens²⁵⁹. L’acide hyaluronique est présent dans le cordon ombilical et existe donc à la naissance dans le corps physique humain.

Comme nous l’avons vu, le Dr Nordenström a établi l’existence d’un système électrique secondaire dans le corps, généré par des vaisseaux sanguins, « câbles » entourés d’un champ électromagnétique. Le Dr Ralph Wilson, médecin naturopathe, a émis l’hypothèse que ces champs sont maintenus en place par les molécules d’acide hyaluronique qui créent des tubules, ou zones, fonctionnels servant de conduits aux ions, et que ces ions sont le qi²⁶⁰. Des recherches actuelles suggèrent que l’AH joue, au moins en coulisses, le rôle de conducteur du qi.

LA THÉORIE CANALAIRE

Les recherches du professeur Kim Bonghan suggèrent que les méridiens sont une série de canaux ou de tubes qui véhiculent le qi. Il a découvert que les méridiens se forment après la fusion initiale du sperme et de l’ovule, se développent *in utero* et se répartissent ensuite dans le corps.

LE MARIAGE DES ÉNERGIES SUBTILES ET DE LA MATIÈRE DANS LES MÉRIDIENS

L’une des figures les plus importantes de la science de la bioénergie est le Dr Harold Burr, dont nous avons abordé les travaux dans la troisième partie. Au cours de ses recherches, Burr a découvert qu’un axe électrique se développait dans l’œuf non fécondé, correspondant à l’orientation du cerveau et du système nerveux central chez l’adulte²⁶¹. Cet axe électrique sert de guide à un champ énergétique directionnel qui fournit l’orientation spatiale aux cellules dans l’embryon en développement. On a également découvert que les contours du champ électrique de l’embryon suivaient la forme du champ électrique adulte.

Le Dr Burr a théorisé qu’un champ électrodynamique définit l’organisation d’un système biologique. Ce champ est en partie élaboré par ses composants physiques et chimiques et est de nature électrique. Le Dr Randolph Stone, inventeur de la thérapie par la polarité, en a parlé de façon encore plus succincte :

Les ondes énergétiques élaborent le corps humain par rayonnement au cours de la vie intra-utérine, telles un schéma de courants énergétiques, et continuent de l’alimenter par ce flux d’énergie comme le font les courants sans fil.

Au travers des travaux de Nordenström, nous avons vu qu'il existe un système électrique secondaire (ou peut-être primaire) dans le corps. En outre, les méridiens sont de nature électromagnétique, comme leurs effets, et peuvent donc nous relier à d'autres champs électromagnétiques internes et externes. Des recherches sur le tissu conjonctif situent les méridiens, en partie du moins, dans le tissu conjonctif. Les travaux de Darras et de De Vernejoul, dans leur tentative de cerner le système des méridiens, croisent ceux d'autres chercheurs, dont Becker et Motoyama, en confirmant la conception qu'avaient les anciens des lignes de méridiens. La théorie de Tiller affirmant que les méridiens sont des systèmes autant physiques que subtils semble les évoquer sous une formule « tout compris » : ils seraient de nature physico-chimique, électrique et éthérique. Des chercheurs en électrographie ont découvert que des modifications au niveau des points d'acupuncture « peuvent précéder celles de la maladie physique dans le corps, que ce soit une question d'heures, de jours ou même de semaines », ce qui confirme que les méridiens « programment » d'une certaine manière le corps physique²⁶².

Et tout cela nous ramène à la question : d'où viennent les méridiens ?

Le professeur Kim Bonghan a, en partie du moins, répondu à cette question. En publiant ses recherches en 1965, il a utilisé un microscope électronique à haute tension pour analyser le fluide s'écoulant des régions méridiennes. De cette façon, il a déterminé que le fluide était composé de plusieurs substances à l'origine de la vie, dont l'ADN, l'adrénaline, l'œstrogène et l'acide hyaluronique. Les proportions de ces substances dans le fluide dépassaient de loin celles que l'on trouve dans d'autres liquides corporels, dont le sang et la lymphe. Il en a dès lors conclu que ce fluide constituait l'aspect matériel du qi, un mélange de substances chimiques hautement énergétiques et d'électricité.

Bonghan a mené ensuite des expériences sur des embryons de différentes espèces et a découvert qu'un poulet commence à développer son système de méridiens dans les quinze heures qui suivent la naissance. Au travers d'une analyse plus approfondie, il a déterminé que l'ectoderme, l'endoderme et le mésoderme, ainsi que tous les organes, sont élaborés par les énergies embryonnaires (énergies subtiles), qui servent quant à elles de modèle aux énergies matérielles. Par ailleurs, il a défini les méridiens comme un système tubulaire divisé en sous-systèmes superficiels et profonds, qui se subdivisent à leur tour. Voici quelques-unes de ses découvertes :

Le système canalaire interne : il consiste en des tubes flottant librement dans les vaisseaux vasculaires et lymphatiques. Ces tubules pénètrent les parois du vaisseau en deux points, les zones d'entrée et de sortie. Les fluides, dans ces canaux, circulent généralement dans la même direction. Bonghan théorise que ces canaux se sont formés différemment et peut-être plus tôt que les systèmes sanguin et lymphatique, et pourraient servir de guides spatiaux au développement de ces systèmes corporels. En d'autres termes, les vaisseaux se développent autour des méridiens et non l'inverse ;

Le système canalaire intra-externe : situé aux extrémités des organes internes, il forme un réseau séparé des systèmes sanguin, lymphatique et nerveux ;

Le système canalaire externe : il parcourt la surface externe des parois des vaisseaux sanguins et lymphatiques et on le trouve également dans la peau, où il prend le nom de système canalaire superficiel ;

Le système canalaire superficiel : c'est le plus connu de la plupart des thérapeutes qui travaillent sur les méridiens ;

Le système canalaire neural : il parcourt les systèmes nerveux central et périphérique.

La beauté de ces canalicules réside dans le fait qu'ils entrelacent toutes les parties du corps, profondes et superficielles. Ces conduits sont reliés par ce que Bonghan appelle les « canalicules terminaux » des différents systèmes, qui s'étendent aux noyaux des cellules tissulaires. Et l'on trouve, éparpillés le long des méridiens, d'infimes corpuscules qui correspondent aux points d'acupuncture, mais se nichent aussi sous ces derniers.

En résumé, les méridiens (ainsi que d'autres énergies subtiles) pourraient en fait structurer nos corps physiques. De nature éthérique, ils sont également physiques, composés d'un entrelacement complexe de substances chimiques, d'électricité et de forces électromagnétiques qui véhiculent le qi – une énergie physique et éthérique – alimentant nos corps, âme et esprit²⁶³.

L'HISTOIRE DE LA SCIENCE DES MÉRIDIDIENS

Les recherches menant à la validation scientifique des méridiens débutèrent en 1937, lorsqu'une célèbre revue médicale anglaise publia un article de Sir Thomas Lewis décrivant un réseau inconnu de ce qu'il croyait être des nerfs cutanés reliés au système nerveux autonome. Lewis postulait que ce réseau n'était pas composé de fibres nerveuses, mais qu'il s'agissait d'un réseau de lignes fines²⁶⁴. C'était là l'une des premières confirmations occidentales d'un système suggérant l'existence des méridiens.

En 1950, Yoshio Nakatani démontra que, lorsqu'une personne était malade, les points d'acupuncture situés le long du méridien affecté présentaient une résistance électrique considérablement plus faible par rapport à la peau qui les entourait. Les valeurs de résistance variaient suivant l'heure, la température ambiante et l'utilisation de l'acupuncture, ainsi que l'activité physique et l'état émotionnel du sujet. Il donna aux points le nom de *points ryodurako*, qui se trouvent depuis à la base de certaines thérapies d'électroacupuncture, dont le dépistage électrodermique.

Les travaux de Nakatani ont été reproduits maintes fois, les chercheurs constatant systématiquement une différence de conductivité électrique entre les points d'acupuncture et ceux qui ne le sont pas²⁶⁵. Des recherches montrent également que la résistance des points d'acupuncture s'étend de 100 à 200 kV, tandis que les autres présentent une résistance plus élevée atteignant 1 mV ; elles mettent aussi en évidence que les points d'acupuncture sont 50 % plus conducteurs que les points environnants²⁶⁶.

Il se peut fort bien que le Dr Ioan Dumitrescu, physicien roumain, ait mené les recherches les plus sophistiquées dans ce domaine particulier. Dumitrescu utilisa l'électrographie pour scanner le corps, en détectant où apparaissaient les points à rayonnement électrique. La plupart de ces points, qu'il appela les *points électrodermiques*, correspondaient aux points d'acupuncture traditionnels. Au travers de ses recherches, le Dr Dumitrescu parvint à quelques conclusions essentielles :

- les points n'apparaissaient que lors d'une pathologie déclarée ou imminente ;
- ces points reflétaient avec précision les théories classiques chinoises sur les méridiens ; les organes malades étaient associés aux méridiens standards correspondants ;
- plus les points électrodermiques étaient importants, plus la maladie était active.

En conclusion, il détermina que ces points sont des « pores électriques » qui échangent de l'énergie entre le corps et le milieu électrique. Lors d'un travail énergétique, ils relient le corps aux champs énergétiques environnants. Le système des méridiens représente dès lors une interface entre

les énergies subtiles et physiques²⁶⁷.

Nous pénétrons à présent dans le laboratoire du Dr Robert Becker et de ses confrères à la fin des années 1970. Leurs recherches détectèrent des valeurs de résistance faibles pour plus de 50 % des points d'acupuncture situés le long du méridien du Gros Intestin. Becker théorisa que les points d'acupuncture sont des amplificateurs d'un courant semi-conducteur continu (CC) qui parcourt les cellules périneurales, enveloppant les nerfs dans le corps. Ce système à CC devient négatif aux extrémités, comme au bout des doigts et des orteils, et positif lorsqu'il pénètre le tronc et la tête.

Nous savons déjà que le corps émet – et constitue – un champ électromagnétique gigantesque et que le circuit du corps, qui est électrique, génère la portion magnétique du champ. L'électromagnétisme dépend des polarités des charges négatives et positives – le yin et le yang – du système. La peau agit comme une mixture liquide visqueuse. En dehors, les charges sont négatives et, à l'intérieur, elles sont positives. Becker découvrit que les points d'acupuncture étaient plus positifs que la peau environnante et que l'insertion d'une aiguille pouvait « court-circuiter » la mixture pendant plusieurs jours. Sa théorie était que l'activité électrique se produisait suite à la réaction ionique entre l'aiguille métallique et les fluides du corps, et les impulsions électriques à basse fréquence générées par l'aiguille rotative.

D'après Becker, l'énergie électrique générée circulerait à travers les méridiens, qui agissent comme les fils d'un système de piles CC, en direction du cerveau. Nous voyons en cela le flux du qi dans les méridiens. Plus important, Becker remarqua que les méridiens agissaient de concert avec un champ plus conséquent, inhomogène, déterminé par les structures sous-jacentes du corps, dont les tissus, les muscles, les os et la peau. Ce champ est influencé par les relations qu'entretiennent ces structures physiques en termes de résistance, de polarités, d'interférence et de résonance. L'acupuncture agit en interconnectant ces structures au champ via les méridiens, que l'on peut considérer comme des lignes de force sillonnant le corps²⁶⁸.

En 1978, R. J. Luciani réalisa des photographies kirliennes de points d'acupuncture situés le long des méridiens de l'Intestin Grêle et du Gros Intestin, en provoquant un effet de diode électroluminescente (LED), qui justifiaient ultérieurement l'existence des méridiens comme les dépeint la médecine classique chinoise²⁶⁹. Mais le plus important pas en avant dans les découvertes de l'acupuncture fut réalisé en 1985 à Paris, quand Pierre De Vernejoul injecta un marqueur radioactif, du technétium 99, à des sujets aux points d'acupuncture classiques. Il découvrit que l'isotope pouvait parcourir 30 cm en 4 à 6 minutes le long des lignes de méridiens classiques²⁷⁰. De Vernejoul, en collaboration avec d'autres chercheurs, dont Jean-Claude Darras, effectua ensuite de nombreuses injections au hasard dans la peau, mais pas aux points d'acupuncture, et injecta également la substance dans les veines et les canaux lymphatiques. Mais le traceur ne migra qu'à partir des points d'acupuncture.

Ses travaux impliquèrent des recherches morphologiques (étude de la structure et de la forme), une analyse différentielle et des études séquentielles et simulées²⁷¹. Il soumit également le sujet à une stimulation, suite à l'injection, en recourant à des moyens mécaniques, électriques et thermiques, dont une aiguille et un rayon laser. Le fait que le traceur ne correspondait pas aux parties du corps traditionnelles montra que les voies empruntées ne faisaient pas partie du système vasculaire (sanguin) ou lymphatique. Les chercheurs suggérèrent plutôt qu'elles étaient liées au tissu conjonctif. Il existerait, dès lors, un mécanisme neurochimique intervenant dans la transmission de l'information le long des méridiens.

Les chercheurs découvrirent également que le traceur migrerait plus rapidement chez des patients en

bonne santé que chez des malades, ce qui appuie la théorie traditionnelle chinoise affirmant que vous pouvez détecter une maladie en examinant le flux du qi (énergie vitale) à travers les méridiens – et souligne peut-être l'idée qu'en traitant le qi, vous pouvez aider la personne à recouvrer la santé.

Ces études françaises soutenaient les précédents travaux menés par le Dr Liu YK en 1975. Le Dr Liu étudia la localisation des points d'acupuncture sur les nerfs moteurs et découvrit que ces points étaient liés aux régions où les nerfs moteurs pénétraient les muscles squelettiques. Il se trouvait également en ces points une série de centres mécanorécepteurs encapsulés²⁷². En poursuivant les travaux du Dr Liu, le Dr N. Watari de Pékin réalisa des recherches plus poussées et publia ses résultats en 1987. Il découvrit que la densité volumique des points d'acupuncture correspondant aux vaisseaux sanguins était plus importante que celle des tissus environnants ; la densité des points d'acupuncture correspondant aux nerfs dépassait presque d'une fois et demi celle des tissus environnants²⁷³. Les études françaises, ainsi que celles des Dr Liu et Watari, soutiennent une conception chimique du système des méridiens.

Un autre chercheur a encore fourni des preuves scientifiques valides des méridiens. Le Dr Hiroshi Motoyama, physicien, ingénieur en électricité et expert en énergie des anciens systèmes, effectua six expériences pour corroborer l'existence des méridiens²⁷⁴. Il se concentra premièrement sur le méridien du Triple Réchauffeur parce qu'il ne correspond à rien dans le concept médical occidental de l'anatomie. Motoyama utilisa des électrodes placées en plusieurs points le long du méridien du Triple Réchauffeur pour mesurer les altérations du potentiel cutané galvanisé (l'électricité dans la peau) et inséra ensuite une aiguille d'acupuncture dans le point du méridien situé au niveau du poignet gauche. Après l'y avoir laissée pendant deux minutes, il la soumit à un léger stimulus électrique.

Six des neuf sujets manifestèrent une réaction de potentiel cutané galvanisé au niveau de tous les points mesurés le long du Triple Réchauffeur (alors qu'ils n'avaient pas été piqués), et nombre d'entre eux réagirent en plusieurs autres points. Les changements les plus importants se présentaient aux points les plus éloignés de l'aiguille insérée, probablement parce que ces deux points (que l'on appelle les *points d'alarme* et *associés*) sont considérés comme étant les plus puissants de chaque méridien. Il n'existait pas de connexion neurologique entre le point stimulé et ceux qui réagirent, ce qui indique l'existence d'une communication physiologique différente. Les cinq autres expériences de Motoyama, réalisées de façon similaire, affichèrent des résultats semblables²⁷⁵.

Un autre chercheur encore eu affaire à un patient dont l'état suggérait la présence du système des méridiens. Le Dr Yoshio Nagahama, physicien de l'Université de Chiba, au Japon, découvrit que l'un de ses patients, qui avait été frappé par la foudre, pouvait à présent ressentir l'« écho », ou le mouvement, du qi lorsqu'on le soumettait à l'aiguille. Le Dr Nagahama inséra une aiguille à la source de chaque méridien et demanda au patient d'utiliser son doigt pour suivre le parcours de l'écho pendant qu'il chronométrait le flux. Le patient, qui ne savait rien du système des méridiens, localisa chaque méridien de manière précise, et à un rythme beaucoup plus lent que celui des transmissions neurologiques²⁷⁶.

LES DIFFÉRENCES DE GENRE DANS LE SYSTÈME DES MÉRIDIENS

Existe-t-il des différences liées au sexe entre le système des méridiens des hommes et celui des femmes ? Une étude menée à l'Institut des Sciences humaines de Californie révèle un écart majeur. Le qi du système masculin circule plus rapidement et avec une plus forte intensité que celui des femmes pendant les saisons chaudes et froides. À l'inverse, le qi des méridiens féminins se déplace plus rapidement et avec une plus forte intensité au cours des saisons douces. Les hommes et les femmes présentent, cependant, les mêmes types et niveaux d'activité dans leurs méridiens, ce qui

Et, enfin, la lumière fut. Un groupe de scientifiques travaillant sous la direction du professeur Kaznachejew à l'Institut de Médecine clinique et expérimentale de Novosibirsk, en Russie, focalisa un faisceau lumineux sur différentes parties du corps²⁷⁷.

Leur but était d'évaluer la réaction de la peau au rayonnement de la lumière visible. Imaginez leur étonnement lorsqu'ils virent apparaître un point lumineux à 10 cm de la surface éclairée. Ils observèrent ensuite cette lumière diffuse sous la peau – le long de la voie méridienne et émanant de toute évidence des points d'acupuncture. La voie parcourue dépendait de la couleur de la lumière. Le blanc voyageait le plus vite, suivi du rouge et ensuite du bleu. Le vert était le plus lent et couvrait la distance la plus courte. Cette étude suggère que les méridiens agissent comme un « système de diffusion de la lumière ».

Ces travaux ont plus tard été vérifiés et poursuivis par d'autres chercheurs. L'un d'eux, le Dr Gregory Raiport de l'Institut de Recherche national de Culture physique de Moscou, utilisa l'acupuncture au laser pour soigner des problèmes physiques ainsi que des dépendances, la dépression et l'anxiété. Le Dr A. L. Pankratov de l'Institut de Médecine clinique et expérimentale de Moscou démontra que le système des méridiens d'acupuncture conduit la lumière, en particulier dans la gamme spectrale blanche et rouge, lorsqu'une source de lumière est maintenue contre le point d'acupuncture ou à 1 ou 2 mm de lui²⁷⁹.

LES MÉRIDIENS PRINCIPAUX

LA NUMÉROTATION ET LES ABRÉVIATIONS DES MÉRIDIENS

Les méridiens principaux sont numérotés de 1 à 12, avec les deux méridiens secondaires occupant les numéros 13 et 14. Il existe différents systèmes qui représentent les méridiens sous une forme abrégée. Voici un des systèmes les plus couramment utilisés :

1. Poumons (P)
2. Gros Intestin (GI)
3. Estomac (E)
4. Rate (Rt)
5. Cœur (C)
6. Intestin Grêle (IG)
7. Vessie (V)
8. Reins (Rn)
9. Péricarde (MC, pour Maître du Cœur, N.d.T.)
10. Triple Réchauffeur (TR)
11. Vésicule Biliaire (VB)
12. Foie (F)
13. Vaisseau Conception (VC)
14. Vaisseau Gouverneur (VG)²⁸⁰

LES MÉRIDIENS PRIMAIRES ET SECONDAIRES

Il existe douze méridiens principaux et plusieurs méridiens secondaires. Nous explorerons ici les spécificités des douze méridiens principaux et des deux plus importants vaisseaux ou méridiens secondaires. En plus de décrire comment l'énergie circule dans chaque méridien, vous trouverez un bref résumé de sa fonction ainsi que quelques-uns des symptômes principaux que l'on associe à son déséquilibre.

Les douze méridiens principaux couvrent les bras ou les jambes, selon le méridien. Ces descriptions s'appliquent par conséquent aux deux membres (il existe différentes manières de représenter les voies d'accès et les aliments physiques associés à chaque méridien. Celles qui suivent sont des résumés accompagnés d'exemples, et ne sont pas censés se substituer à des sources professionnelles).

Les douze méridiens principaux sont tous subdivisés en yin ou yang et nommés suivant les organes qui leur sont associés. Le Triple Réchauffeur et le Péricarde ne sont pas directement liés à des

organes spécifiques, mais ils jouent un rôle important dans le corps.

Les planches détaillées des pages qui suivent illustrent les douze méridiens principaux ainsi que les deux méridiens secondaires. Elles indiquent également le statut yin ou yang du méridien et représentent la voie distincte ou « profonde », qui bifurque du méridien principal pour relier les méridiens à un niveau profond. Les planches des méridiens particuliers définissent les points de transport, d'alarme et associés, avec l'élément qui leur correspond. Suit un court texte descriptif de chaque méridien (qui débute ci-dessous).

1. LE MÉRIDIEEN DES POUMONS

FIGURE 4.4

Ce méridien part du Triple Réchauffeur au niveau du nombril, parcourt la poitrine et fait surface à l'avant de l'épaule. Là, il bifurque aux aisselles pour descendre la face latérale du haut des bras et aboutit à un croisement dans le pli des coudes. Il continue sa route jusqu'à ce qu'il se divise en deux autres branches, l'une se dirigeant vers les extrémités des pouces et l'autre vers les bouts des index. Une branche voyage de la poitrine au gros intestin. Le méridien des Poumons régule le qi dans le corps, ainsi que la respiration et maints canaux aqueux, comme la vessie et le rein. Les symptômes d'un déséquilibre se manifestent par la distension, l'oppression thoracique, l'asthme, les allergies, la toux, les palpitations, le hoquet, la fièvre, les membres froids et les paumes chaudes, l'essoufflement, les problèmes de peau et la fatigue générale.

2. LE MÉRIDIEEN DU GROS INTESTIN

FIGURE 4.5

Le méridien du Gros Intestin part du bout de chaque index et remonte la face latérale de l'avant-bras et la face antérieure du haut du bras pour gagner les points les plus hauts à l'épaule. Là, il se divise en deux branches. L'une voyage à l'intérieur des poumons, du diaphragme et du gros intestin. L'autre circule à l'extérieur, en passant par le cou et la joue pour pénétrer les dents inférieures et les gencives jusqu'au bout du nez.

Le méridien du Gros Intestin gère l'élimination et communique avec les Poumons pour réguler les fonctions de transport du corps. Les maladies qui se rattachent à ce méridien sont principalement celles qui affectent la tête, le visage et la gorge. Un déséquilibre s'annonce par des maux de dents, des écoulements nasaux, des saignements de nez, un gonflement du cou, le blanc des yeux jaune, la bouche sèche, une soif excessive, une angine, une douleur aux épaules, aux bras et aux index, ainsi que des crampes intestinales, la diarrhée, la constipation et la dysenterie.

3. LE MÉRIDIEEN DE L'ESTOMAC

FIGURE 4.6

Le méridien de l'Estomac émerge juste sous les yeux depuis l'extrémité du méridien du Gros Intestin. Il se dirige ensuite vers le nez, encercle la voûte du nez en descendant simultanément le long de la bouche et en remontant chaque joue jusqu'au front. Il voyage enfin depuis la mâchoire inférieure jusqu'au sternum en passant par le cou et se divise en deux branches. Une branche traverse la poitrine, le ventre et l'aîne et continue en descendant chaque jambe, en terminant sa route au bout du second orteil.

Le méridien de l'Estomac collabore étroitement avec le méridien de la Rate pour contrôler la digestion et l'absorption. Ces deux méridiens portent ensemble le nom de *fondement de l'acquis* parce qu'ils sont à l'origine de la santé digestive du corps. Le méridien de l'Estomac s'assure que le

qi descend ou passe dans le système interne. Les maladies impliquant le méridien de l'Estomac entraînent habituellement des affections gastriques, des maux de dents et des troubles mentaux (comme le fait de ressasser les mêmes questions de manière obsessionnelle), ainsi que des problèmes associés au trajet du méridien. Des irrégularités peuvent apparaître, telles que des maux d'estomac, des plaies buccales, des troubles digestifs, une accumulation de liquide dans l'abdomen, la faim, des nausées, des vomissements, la soif, une déviation de la bouche, des œdèmes, un gonflement du cou, une angine, des frissons, des bâillements et un teint gris. Les troubles mentaux consistent en un comportement asocial et phobique.

4. LE MÉRIDIAN DE LA RATE

FIGURE 4.7

Le méridien de la Rate part du gros orteil et parcourt l'intérieur du pied, pour changer de cap au niveau de la face interne de la cheville. Il continue ensuite à grimper jusqu'à l'aisselle. Une branche quitte l'abdomen et circule à l'intérieur du corps vers la rate, en se connectant à l'estomac et au cœur.

La rate est un organe du système immunitaire vital et essentiel à la transformation des aliments en qi et en sang. On la considère également comme le siège de la pensée, contrôlant la qualité des pensées mises à disposition du mental. Les symptômes des maladies auxquelles on l'associe comprennent la distension abdominale, la perte de l'appétit, l'hépatite, les troubles de la coagulation, les troubles menstruels, les selles molles, la diarrhée, les flatulences, l'anorexie, la rigidité, les genoux ou les cuisses raides ou gonflées, et une douleur à la racine de la langue.

5. LE MÉRIDIAN DU CŒUR

FIGURE 4.8

Le méridien du Cœur part du cœur et se divise en trois branches. L'une se dirige vers l'intestin grêle. Une autre remonte jusqu'aux yeux en contournant la langue. La troisième traverse la poitrine pour descendre le long du bras, finissant sa route à l'extrémité interne de l'auriculaire, où elle se connecte au méridien de l'Intestin Grêle.

Le cœur gère le sang et le pouls, ainsi que le mental et l'esprit. Comme l'on peut s'y attendre, les problèmes que rencontre le méridien du Cœur sont généralement cardiaques. Ils se manifestent par une gorge sèche, une douleur cardiaque, des palpitations et la soif. D'autres symptômes consistent en une douleur à la poitrine ou le long de la face interne de l'avant-bras, des paumes chaudes, le blanc des yeux jaune, l'insomnie et une douleur ou une sensation de froid ressentie le long du trajet du méridien.

6. LE MÉRIDIAN DE L'INTESTIN GRÊLE

FIGURE 4.9

Le méridien de l'Intestin Grêle part de l'extrémité extérieure de l'auriculaire et remonte le bras jusqu'à l'arrière de l'épaule. Au croisement avec le méridien de la Vessie, il se divise en deux branches. L'une se déplace à l'intérieur à travers le cœur et l'estomac pour s'établir dans l'intestin grêle. L'autre contourne les joues à l'extérieur, en traversant l'œil et l'oreille. Une courte ramification prenant sa source au niveau de la joue relie le méridien au coin interne de l'œil, où il se connecte au méridien de la Vessie. Le méridien de l'Intestin Grêle sépare le pur de l'impur, qu'il s'agisse d'aliments, de liquides, de pensées et de croyances. Des problèmes rencontrés à ce niveau provoquent généralement des affections au cou, aux oreilles, aux yeux, à la gorge, à la tête et à l'intestin grêle, ainsi que certaines maladies mentales. Les symptômes peuvent consister en de la

fièvre, des angines, un gonflement du menton ou un affaissement de la joue, une raideur de la nuque, des maux de tête, des problèmes d'audition ou une surdité, le blanc des yeux jaune, une douleur vive à l'épaule, à la mâchoire inférieure, dans le haut du bras, au coude et à l'avant-bras, et des troubles dont le syndrome du côlon irritable.

7. LE MÉRIDIEN DE LA VESSIE

FIGURE 4.10

Le méridien de la Vessie débute son parcours au coin interne de chaque œil et traverse le haut de la tête (où il visite le cerveau) pour aboutir à l'arrière du cou. Là, il prend deux directions différentes. L'une (la branche interne) part de la base du cou et descend parallèlement à la colonne vertébrale. Au bout, elle atteint la vessie. L'autre traverse l'arrière de l'épaule et descend ensuite le long de la branche interne. Les deux ramifications parcourent les fesses et se rejoignent au niveau des genoux. Chaque méridien continue à présent sa route à l'arrière de la jambe inférieure, contourne la cheville extérieure et s'arrête finalement au bout du petit orteil, où il se connecte au méridien des Reins (mais ne constitue pas son point de départ).

Le méridien de la Vessie a la responsabilité de stocker et d'éliminer les déchets liquides. Il recueille le qi du méridien des Reins et l'utilise pour transformer les liquides en vue de leur évacuation. Un dysfonctionnement du méridien de la Vessie entraîne des problèmes à la vessie et des symptômes tels que des troubles urinaires, l'incontinence, ainsi que des problèmes à la tête, dont des maux de tête, des yeux globuleux, des écoulements nasaux, une congestion nasale, des tensions dans la nuque, le blanc des yeux jaune, des larmoiements et des saignements de nez. Les problèmes touchant le bas du corps consistent en des douleurs lombaires, à la colonne vertébrale, aux fessiers et aux mollets, une rigidité au niveau des articulations de la hanche, des problèmes à l'aine et des raideurs musculaires aux genoux et aux mollets.

8. LE MÉRIDIEN DES REINS

FIGURE 4.11

Le méridien des Reins débute entre les os longs des deuxième et troisième orteils au niveau de la plante des pieds. Il voyage le long de la face interne de la jambe, en pénétrant le corps à la base de la colonne vertébrale. Aux reins, il se divise en deux branches. Celles-ci traversent la poitrine, se croisent au méridien du Péricarde et, de là, se rendent à la base de la langue (une petite ramification se divise aux poumons pour gagner le cœur et le péricarde).

Selon les sources classiques, les reins renferment le qi. Ils sont la demeure du yin et du yang. Ils gèrent également les os, les dents et les glandes surrénales. Une carence alimentaire entraîne des problèmes comme des calculs rénaux, la diarrhée et la constipation. Maux de dos ; problèmes auditifs ; anorexie ; fiébrilité ; insomnie ; mauvaise vue ; manque d'énergie ; peur constante ; langue sèche et bouche chaude ; douleur spinale et à la cuisse ; paralysie des membres inférieurs ; sensation de froid ; somnolence et plantes des pieds chaudes et douloureuses constituent d'autres symptômes.

9. LE MÉRIDIEN DU PÉRICARDE

FIGURE 4.12

Le méridien du Péricarde prend sa source au niveau du cœur, où il se divise en deux branches. L'une jaillit de la région inférieure de la poitrine pour atteindre l'aisselle avant de descendre le long du bras et finir sa course au bout du majeur. L'autre branche emprunte la même route, mais s'arrête à l'annulaire, où elle rencontre le Triple Réchauffeur.

Le méridien du Péricarde collabore étroitement avec le méridien du Cœur ; en fait, le péricarde est un sac contenant le cœur et le protégeant des agressions extérieures. Ce méridien régit le sang et le mental (avec le méridien du Cœur), en affectant ainsi le sang, la circulation et les relations personnelles. Un déséquilibre du méridien du Péricarde est provoqué par des dysfonctionnements cardiaques et sanguins. Les problèmes les plus courants se manifestent à la poitrine, au cœur et aux seins, avec des symptômes tels qu'une angine de poitrine, une tachycardie ou autres arythmies, des ganglions aux aisselles, des rougeurs au visage, des spasmes aux coudes et aux bras, et la folie.

N.B. : Le cœur stocke le *shen* ou énergie mentale. De nombreux problèmes mentaux ou émotionnels sont dus à un déséquilibre en shen. Le Péricarde est un méridien important en ce qui concerne les symptômes liés aux maladies mentales. Il existe des points shen spécifiques que recensent les manuels d'acupuncture classiques et d'autres.

10. LE MÉRIDIEN DU TRIPLE RÉCHAUFFEUR

FIGURE 4.13

Le Triple Réchauffeur n'est pas représenté par un organe physique. Il doit plutôt son importance à sa fonction, qui est celle de véhiculer l'énergie liquide à travers les organes. Il part du bout de l'annulaire, sillonne l'épaule jusqu'à la cavité thoracique. De là, il se divise en deux branches. L'une parcourt les parties médiane et inférieure du corps, en unissant les foyers supérieur, moyen et inférieur (d'où le nom de Triple Réchauffeur ou Foyer). L'autre remonte le cou à l'extérieur, contourne le visage pour finalement rejoindre le méridien de la Vésicule Biliaire aux extrémités extérieures du sourcil.

Le Triple Réchauffeur véhicule un qi particulier que l'on appelle le *qi originel*, produit par les reins. Il gère le lien entre les divers organes, en répartissant le qi entre eux.

Le Réchauffeur ou Foyer supérieur : il distribue le qi du diaphragme vers le haut ; on l'associe plus généralement aux poumons et au cœur (respiration).

Le Réchauffeur ou Foyer moyen : il alimente en qi les régions corporelles situées entre le diaphragme et le nombril ; associé à l'estomac, la rate, le foie et la vésicule biliaire (digestion et assimilation).

Le Réchauffeur ou Foyer inférieur : il transporte le qi sous le nombril ; associé à la reproduction et à l'élimination.

Les problèmes au niveau du Triple Réchauffeur se manifestent par la rétention d'eau, la raideur de la nuque et par des affections aux oreilles, aux yeux, à la poitrine et à la gorge. Les symptômes rencontrés sont liés à un déséquilibre en eau, tels que des gonflements, l'incontinence et les troubles urinaires, et l'acouphène (bourdonnement des oreilles).

11. LE MÉRIDIEN DE LA VÉSICULE BILIAIRE

FIGURE 4.14

Le méridien de la Vésicule Biliaire consiste en deux branches naissant du coin externe de l'œil. Une branche extérieure se fraye un chemin autour du visage et de l'oreille avant de gagner la hanche.

L'autre traverse la joue et descend vers la vésicule biliaire pour y rencontrer la première branche. Celle-ci descend à présent la partie latérale de la cuisse et de la jambe inférieure et continue son chemin jusqu'au bout du quatrième orteil. Une autre petite ramification se sépare du méridien à cet endroit et gagne le gros orteil, où elle se connecte au méridien du Foie.

Le méridien de la Vésicule Biliaire contrôle la vésicule biliaire, qui produit et stocke la bile. D'un point de vue énergétique, il gère la prise de décisions. Il est étroitement lié au foie ; par conséquent, de nombreux symptômes prennent la forme de problèmes hépatiques, dont l'acidité, la jaunisse et les nausées. D'autres symptômes sont de fréquents bâillements, des maux de tête, une douleur à la mâchoire et au coin externe des yeux, un gonflement des glandes, une maladie mentale, l'indécision, la fièvre et une douleur ressentie le long du méridien.

12. LE MÉRIDIEN DU FOIE

FIGURE 4.15

Le méridien du Foie part de l'extrémité du gros orteil et remonte la jambe jusqu'au pubis. Il contourne ensuite les organes sexuels, pénètre dans l'abdomen inférieur et voyage vers le haut pour rejoindre le foie et la vésicule biliaire. Il remonte jusqu'aux poumons pour se connecter au méridien des Poumons avant de contourner la bouche. Il se divise en deux branches qui alimentent chacune un œil. Elles se rencontrent finalement au niveau du front et gagnent le sommet de la tête.

Certains praticiens chinois considèrent le foie comme le « deuxième cœur » du corps, en signalant ainsi son importance. Ce méridien assure la circulation des émotions, du qi et du sang, contrôle la réponse immunitaire du corps ainsi que les tendons, ligaments et muscles squelettiques, absorbe ce qui est indigestible et est lié aux yeux. Les problèmes au méridien du Foie touchent fréquemment le foie et le système génital. Les symptômes peuvent consister en des vertiges, une hypertension, des hernies, une distension abdominale chez la femme, des nausées, des selles liquides accompagnées d'aliments non digérés, des allergies, l'incontinence, des spasmes musculaires, la rétention urinaire, des problèmes oculaires et la dépression ou la nervosité.

13. LE VAISSEAU CONCEPTION (REN MAI)

FIGURE 4.16

À l'instar du vaisseau Gouverneur, le vaisseau Conception distribue le qi aux organes principaux et maintient le juste équilibre de qi et de sang. Le vaisseau Conception parcourt l'avant du corps, débutant son voyage juste en-dessous des yeux. Il contourne la bouche pour gagner l'abdomen et la poitrine avant d'atterrir au périnée. Les problèmes rencontrés par ce vaisseau entraînent des malaises, des hernies et des troubles abdominaux.

14. LE VAISSEAU GOUVERNEUR (DU MAI)

FIGURE 4.17

À l'instar du vaisseau Conception, le vaisseau Gouverneur transporte le qi vers les organes principaux et équilibre le qi et le sang dans le corps. Le vaisseau Gouverneur part du périnée, voyage vers le coccyx avant de parcourir l'arrière de la tête. Baignant la tête, il descend ensuite l'avant du visage pour s'arrêter aux canines de la mâchoire supérieure. Un dérèglement de ce vaisseau peut provoquer des symptômes tels que la rigidité et la scoliose.

LES MÉRIDIENS DE LA TÊTE

FIGURE 4.18

La tête constitue une carte complexe de points d'acupuncture, comme le montre la *figure 4.18*. Les méridiens yang partent de la tête et circulent vers le bas, mais l'ensemble des méridiens sont représentés par des points disposés sur la tête.

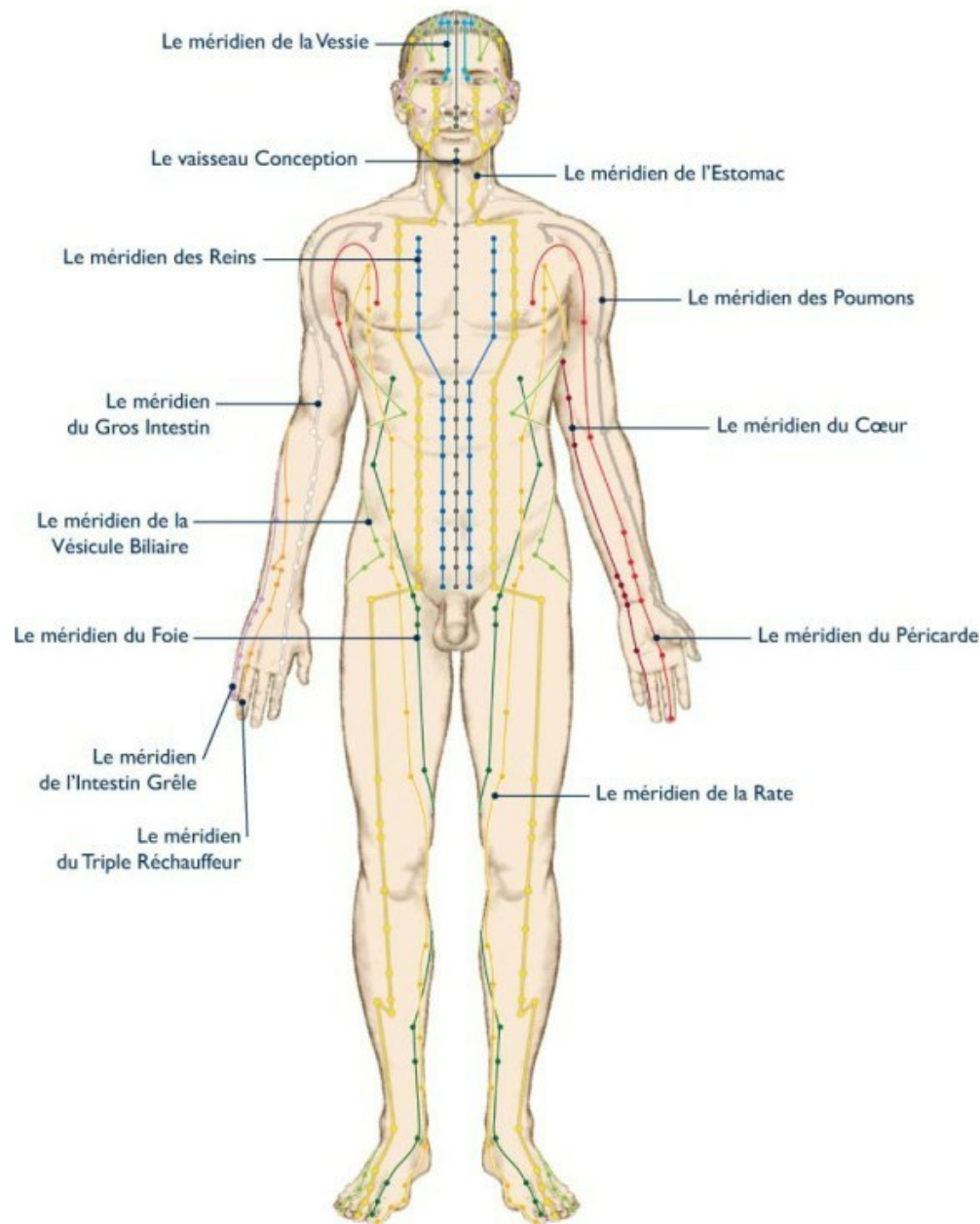


FIGURE 4.2
LES MÉRIDIENS PRINCIPAUX
Vue antérieure

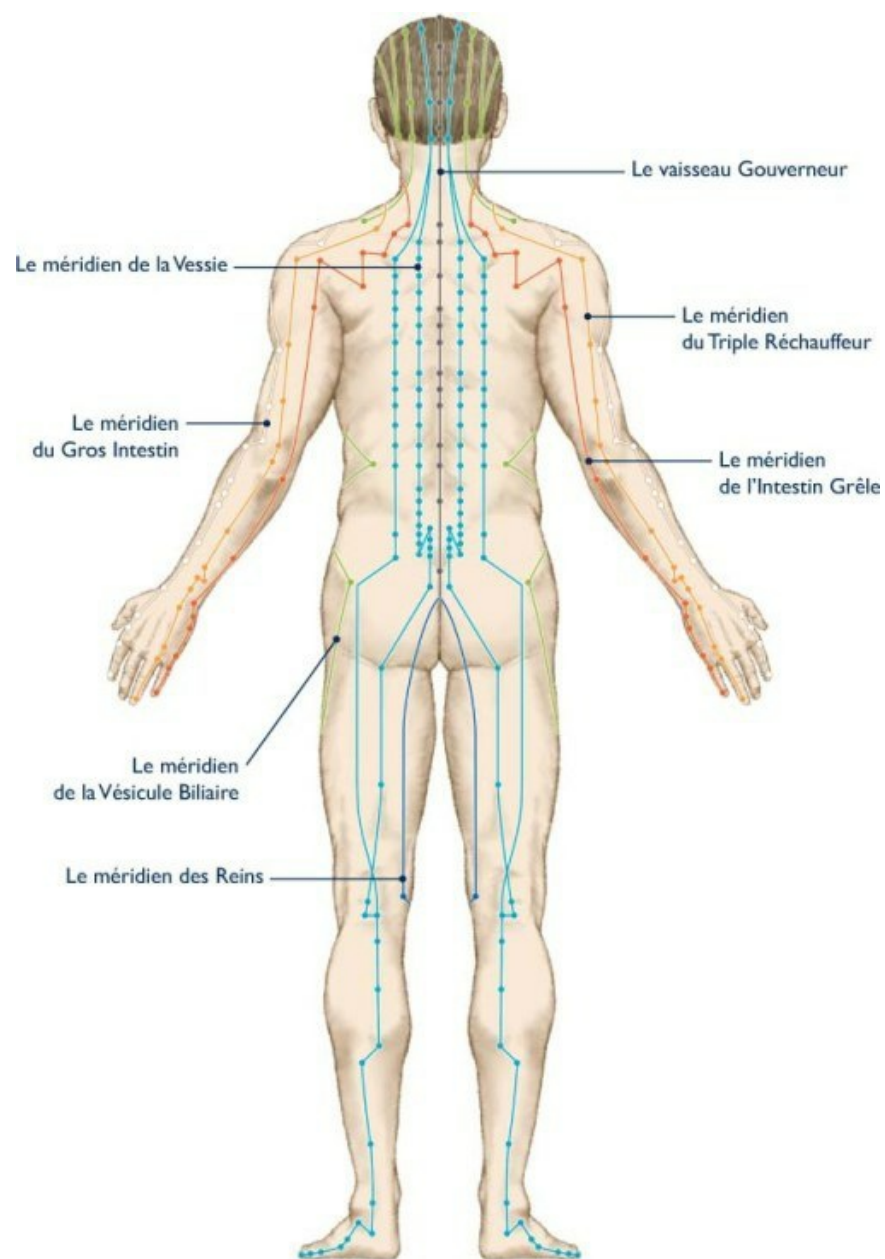


FIGURE 4.3
LES MÉRIDIENS PRINCIPAUX
Vue postérieure

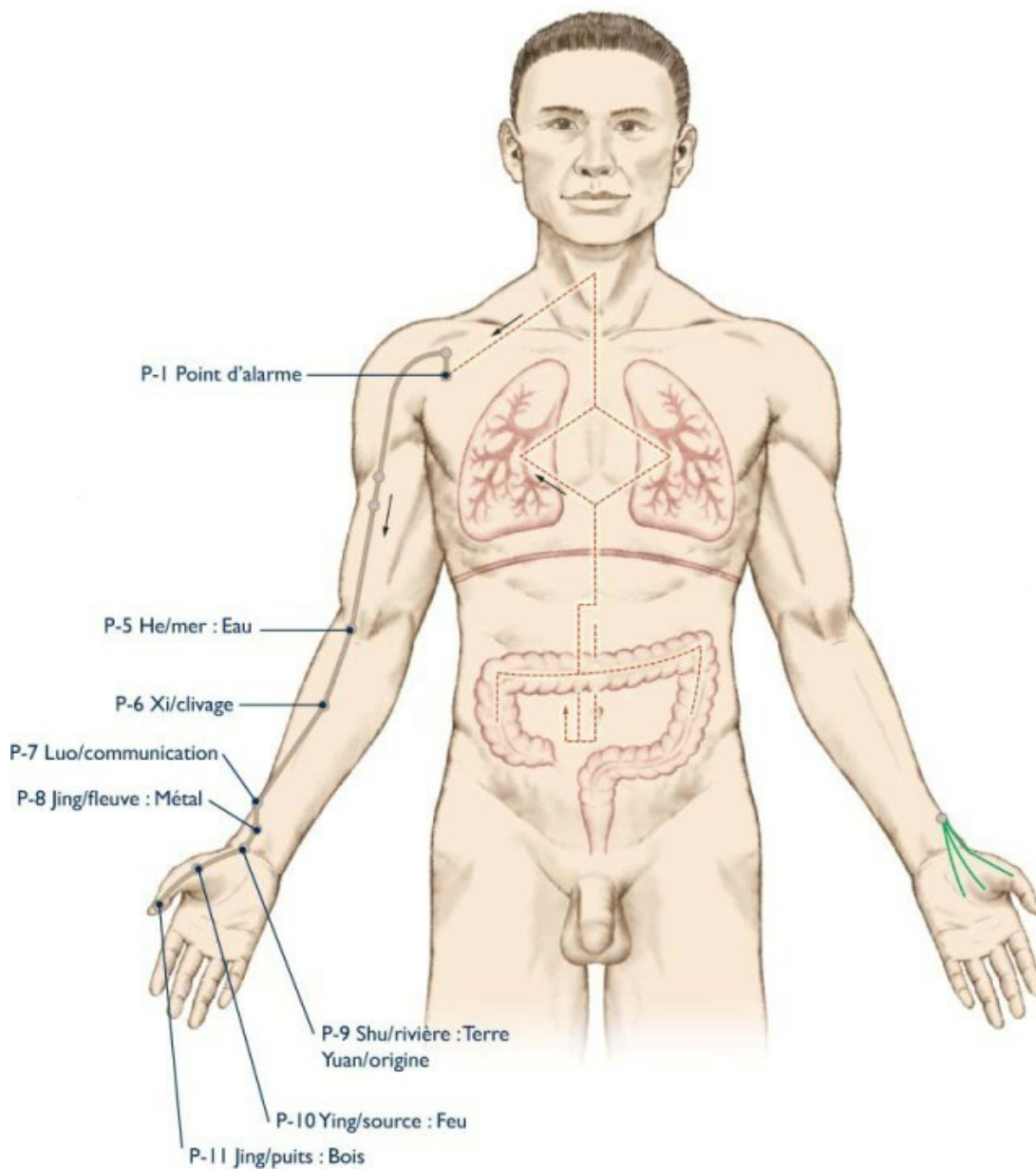


FIGURE 4.4
LE MÉRIDIEEN DES POUMONS
Tai Yin

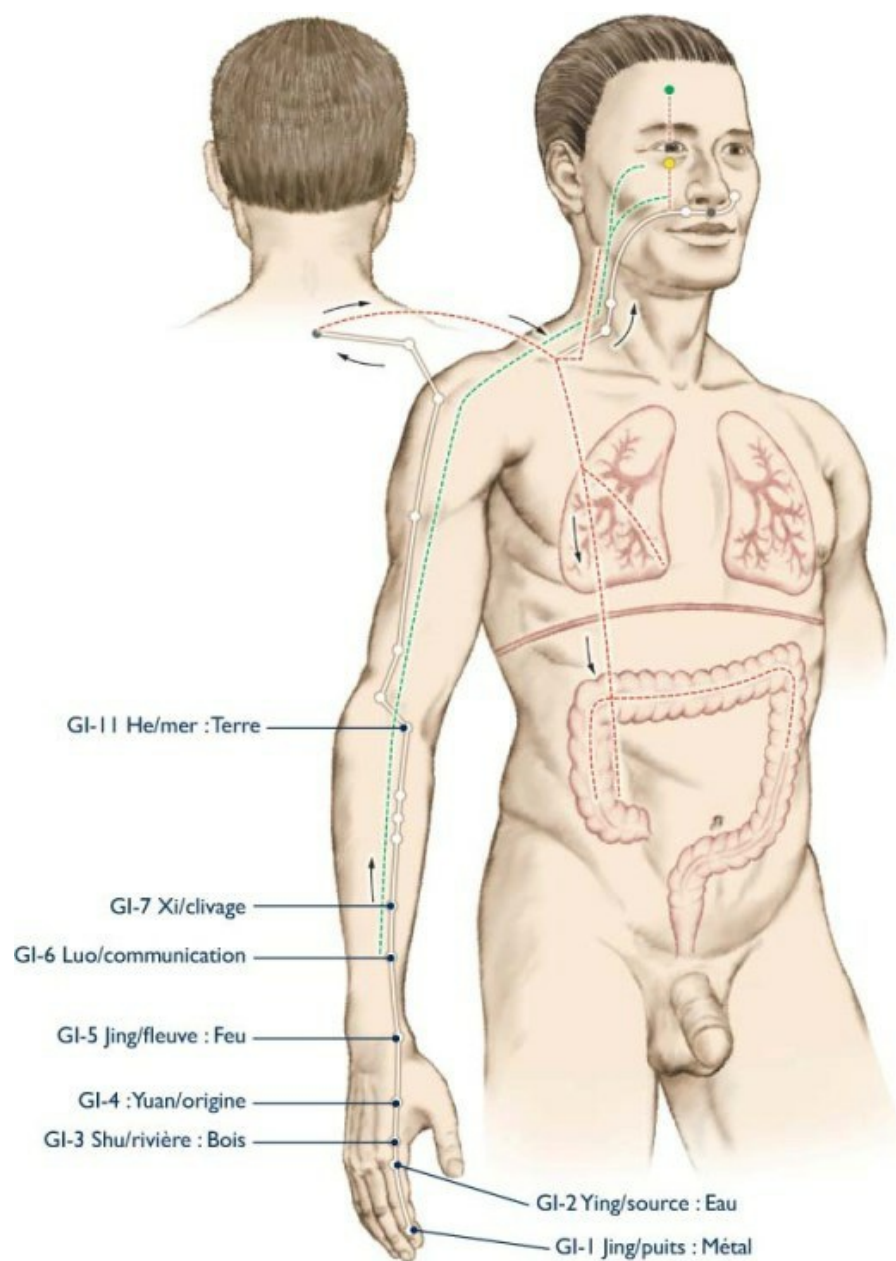


FIGURE 4.5
LE MÉRIDIEEN DU GROS INTESTIN
Yang Ming

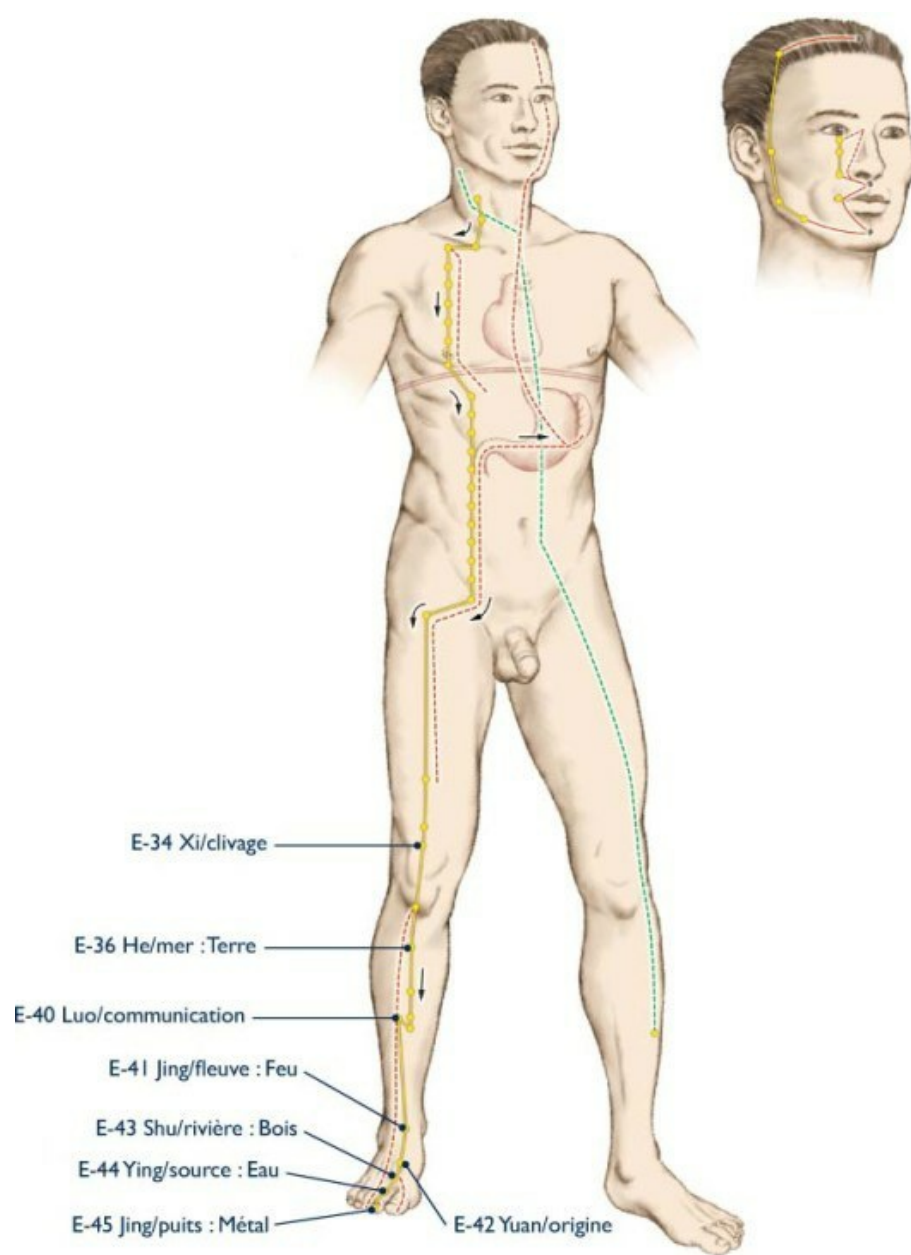


FIGURE 4.6
LE MÉRIDIEN DE L'ESTOMAC
Yang Ming

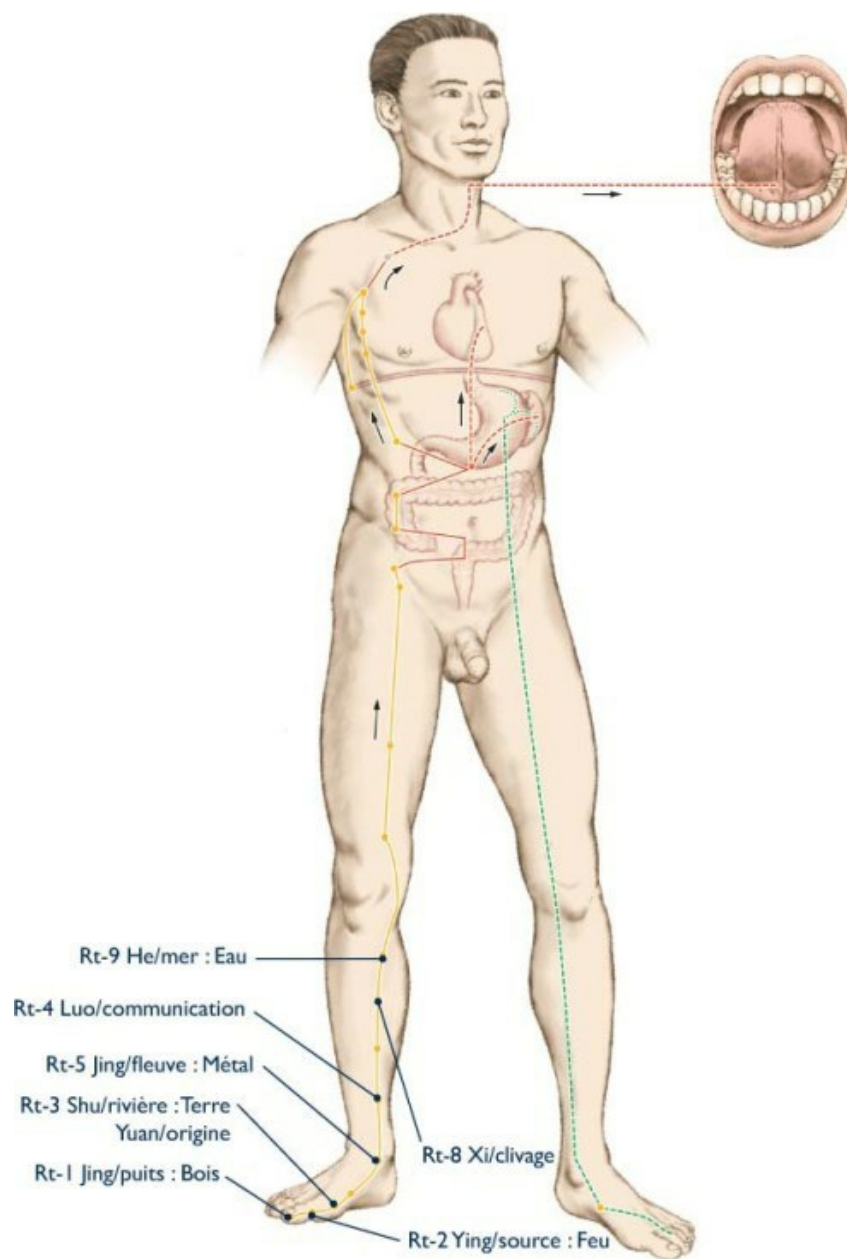


FIGURE 4.7
LE MÉRIDIEN DE LA RATE
Tai Yin

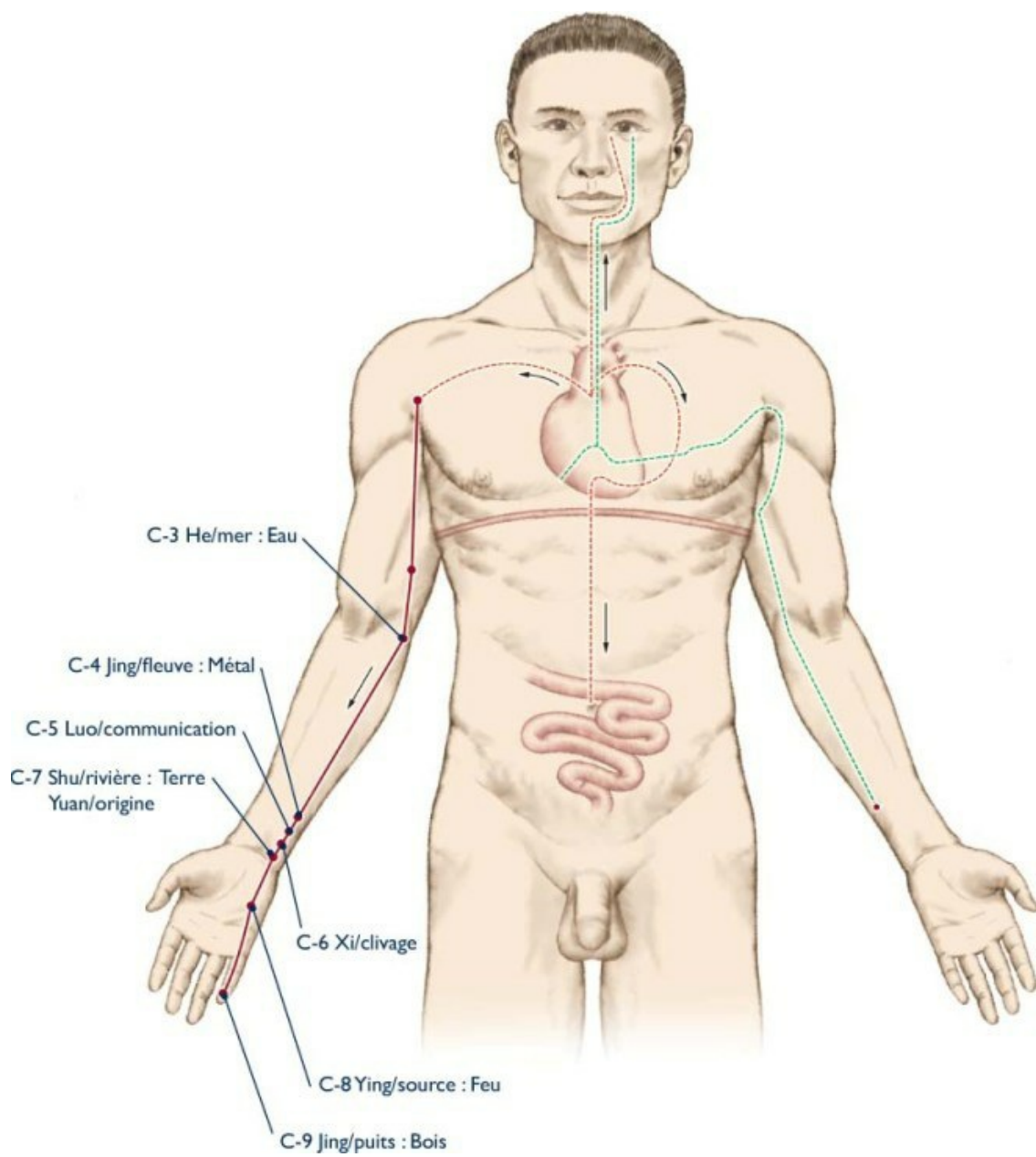


FIGURE 4.8
LE MÉRIDIEEN DU CŒUR
Shao Yin

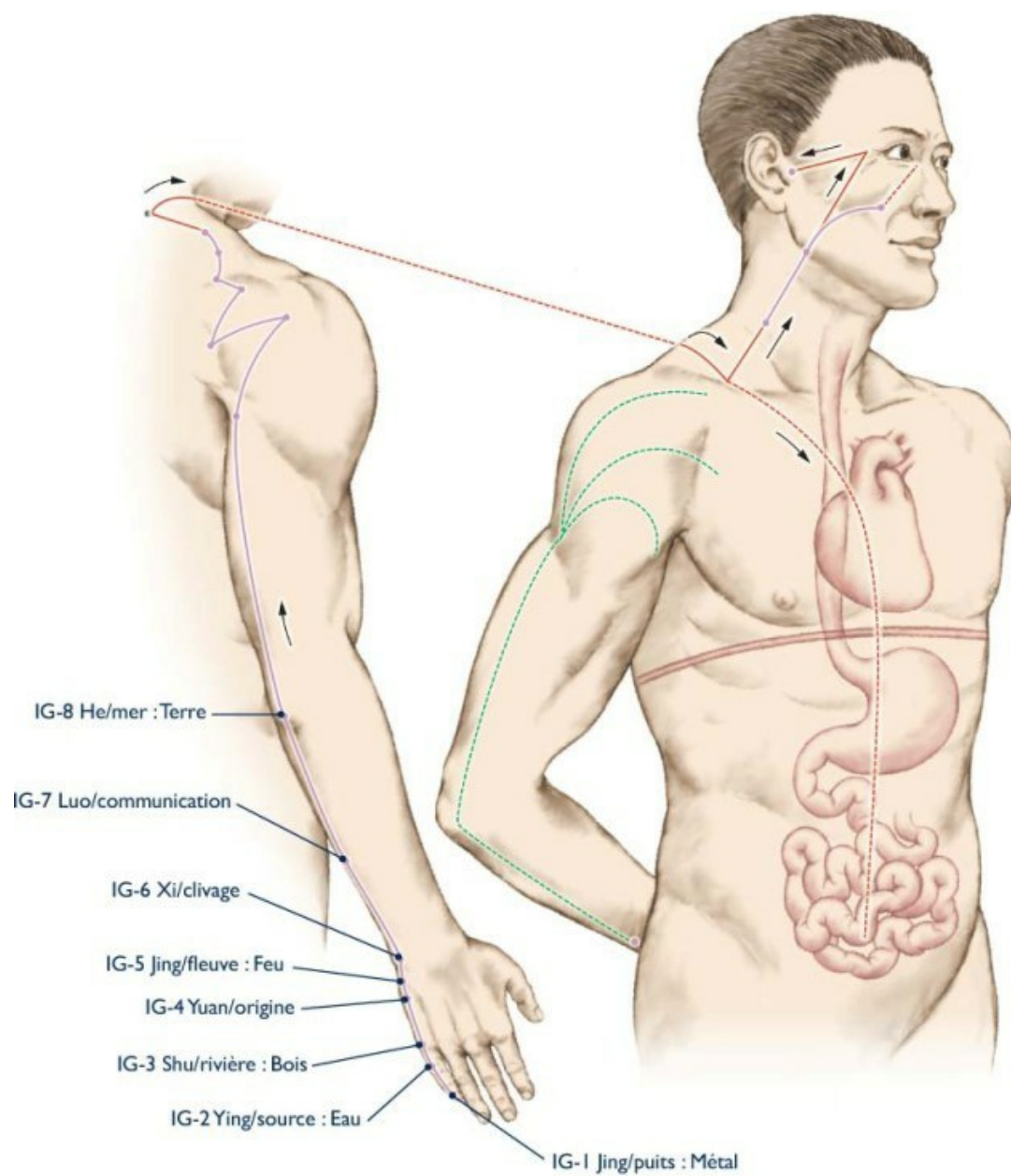


FIGURE 4.9
LE MÉRIDIEN DE L'INTESTIN GRÊLE
Tai Yang

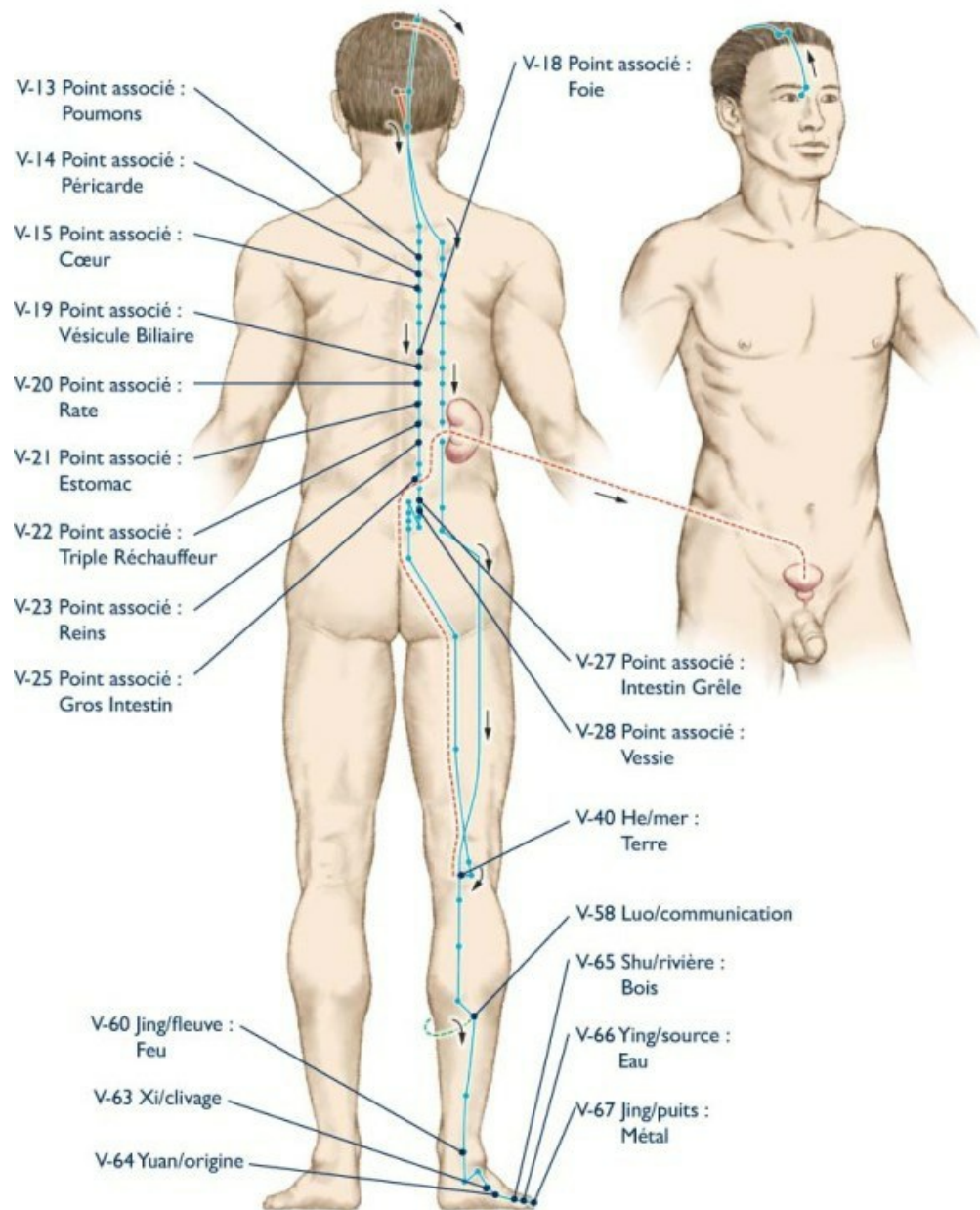


FIGURE 4.10
LE MÉRIDIEN DE LA VESSIE
Tai Yang

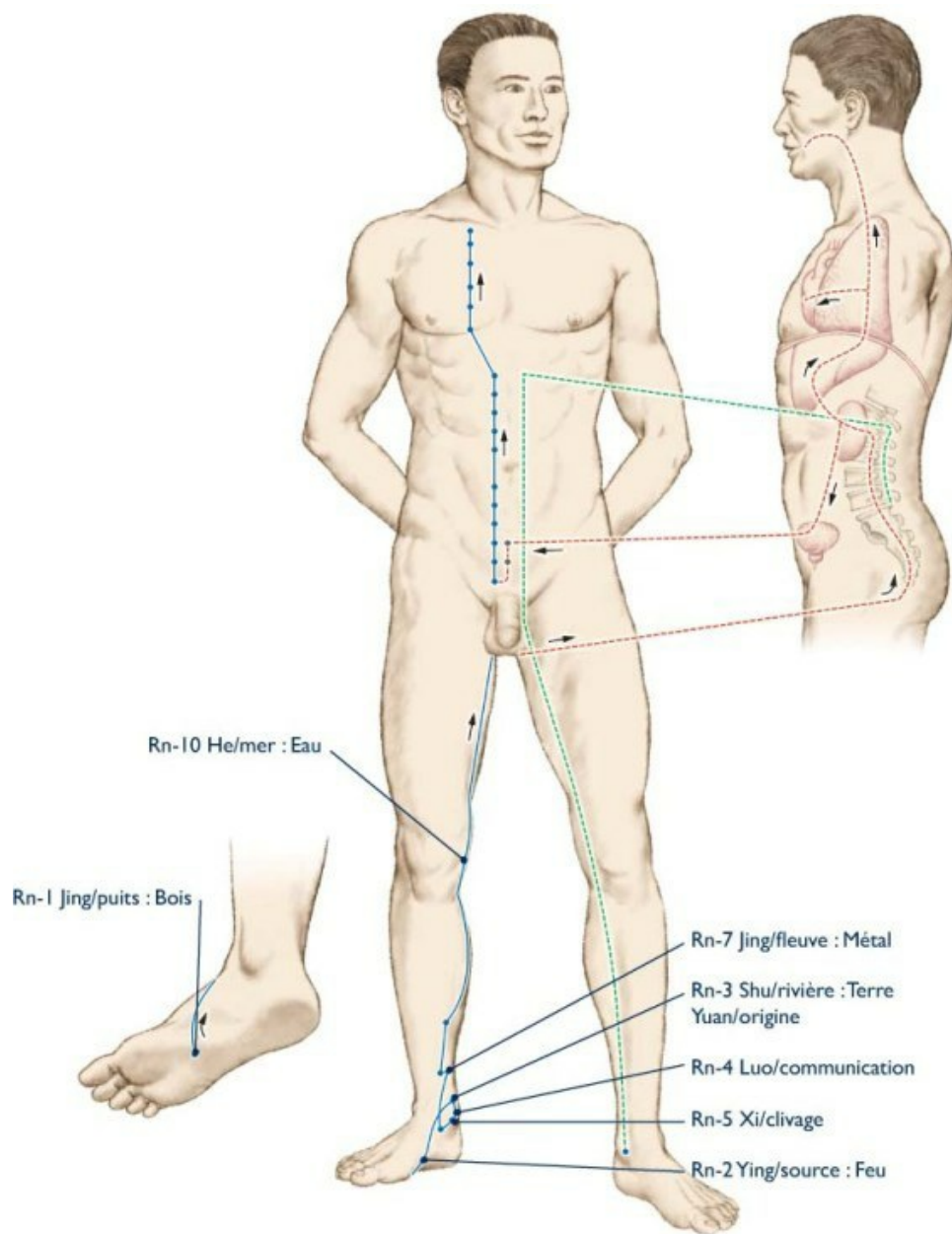


FIGURE 4.11
LE MÉRIDIEEN DES REINS
Shao Yin

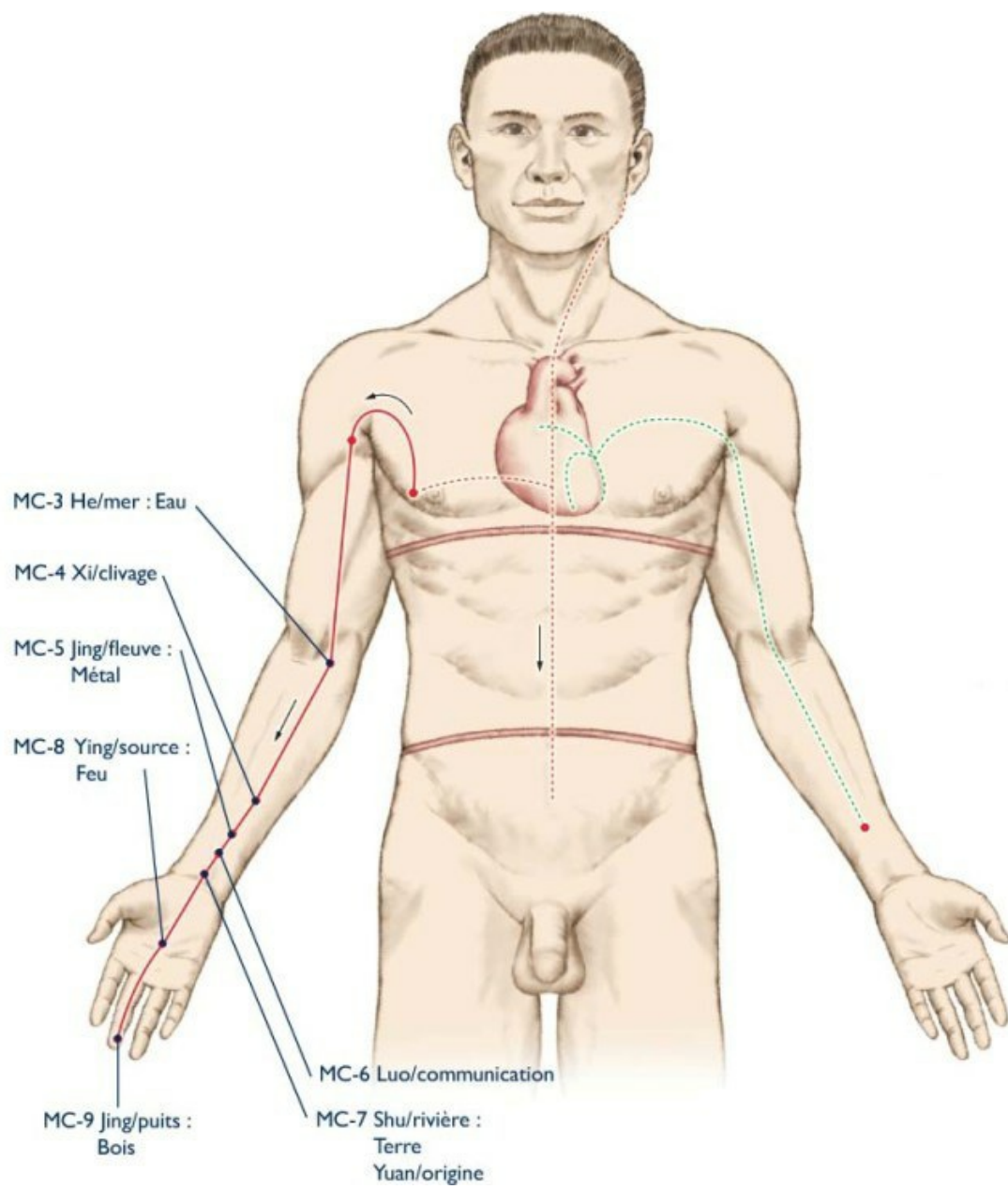


FIGURE 4.12
LE MÉRIDIEEN DU PÉRICARDE
Jue Yin

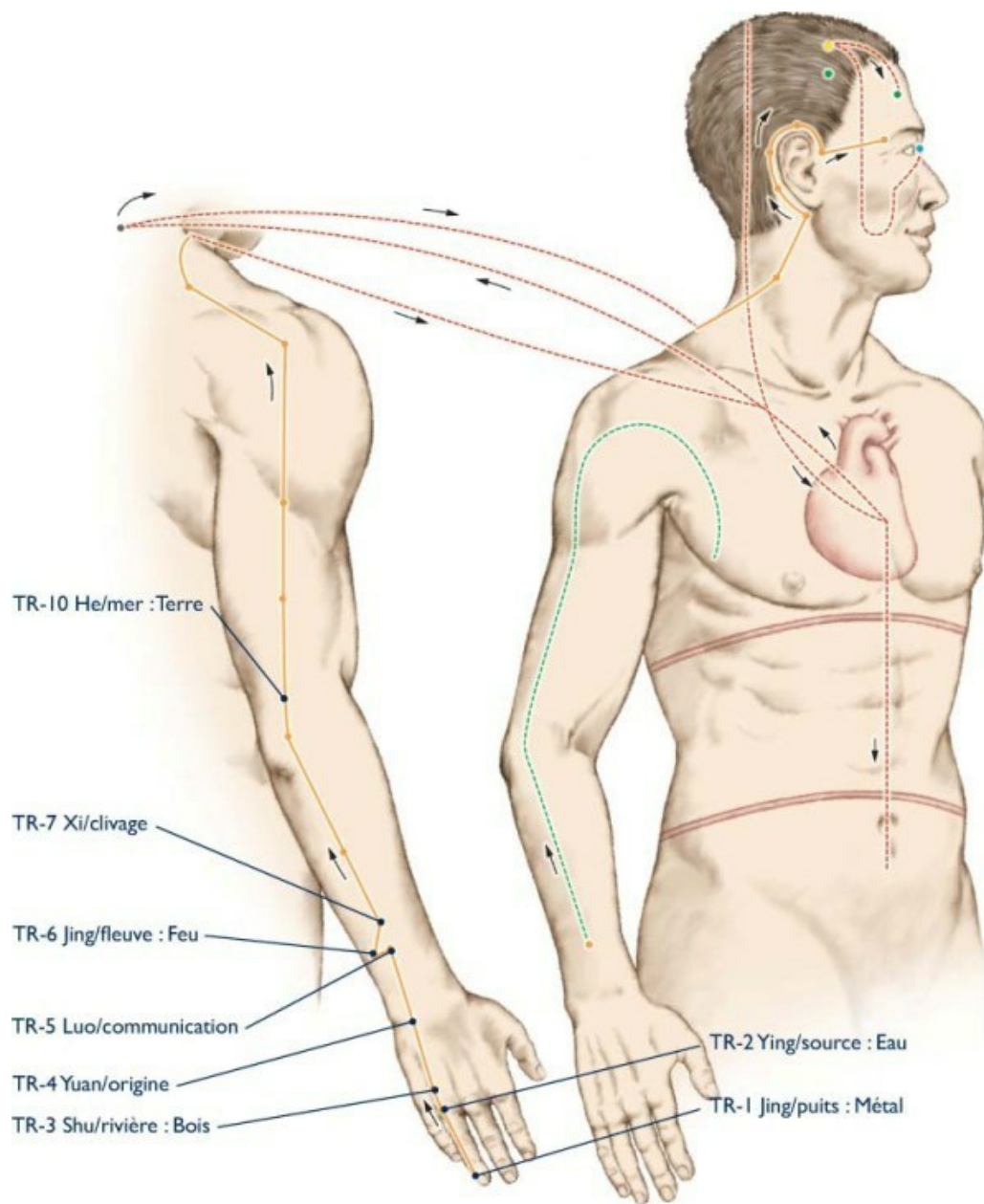


FIGURE 4.13
LE MÉRIDIEN DU TRIPLE RÉCHAUFFEUR
Shao Yang

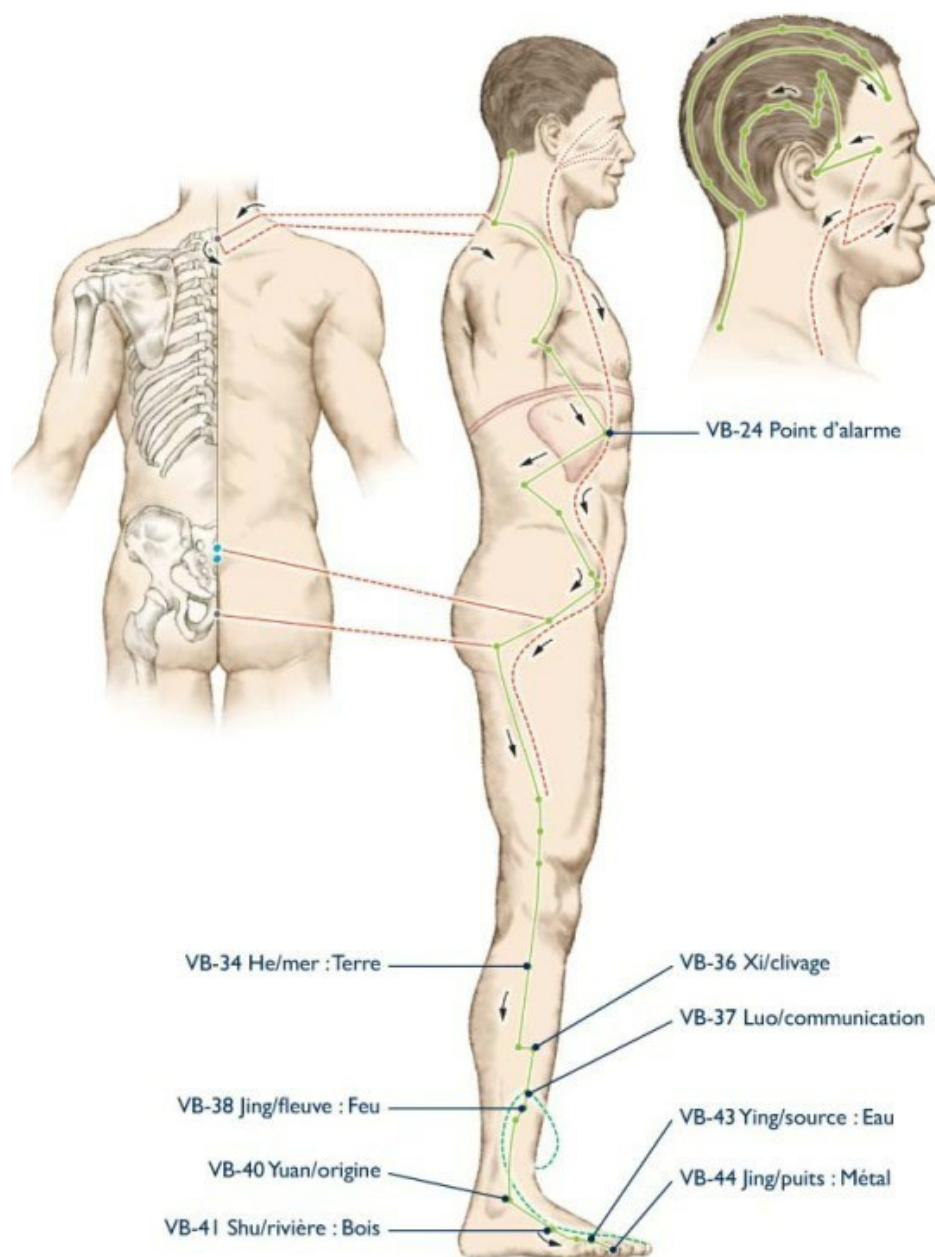


FIGURE 4.14
LE MÉRIDIEN DE LA VÉSICULE BILIAIRE
Shao Yang

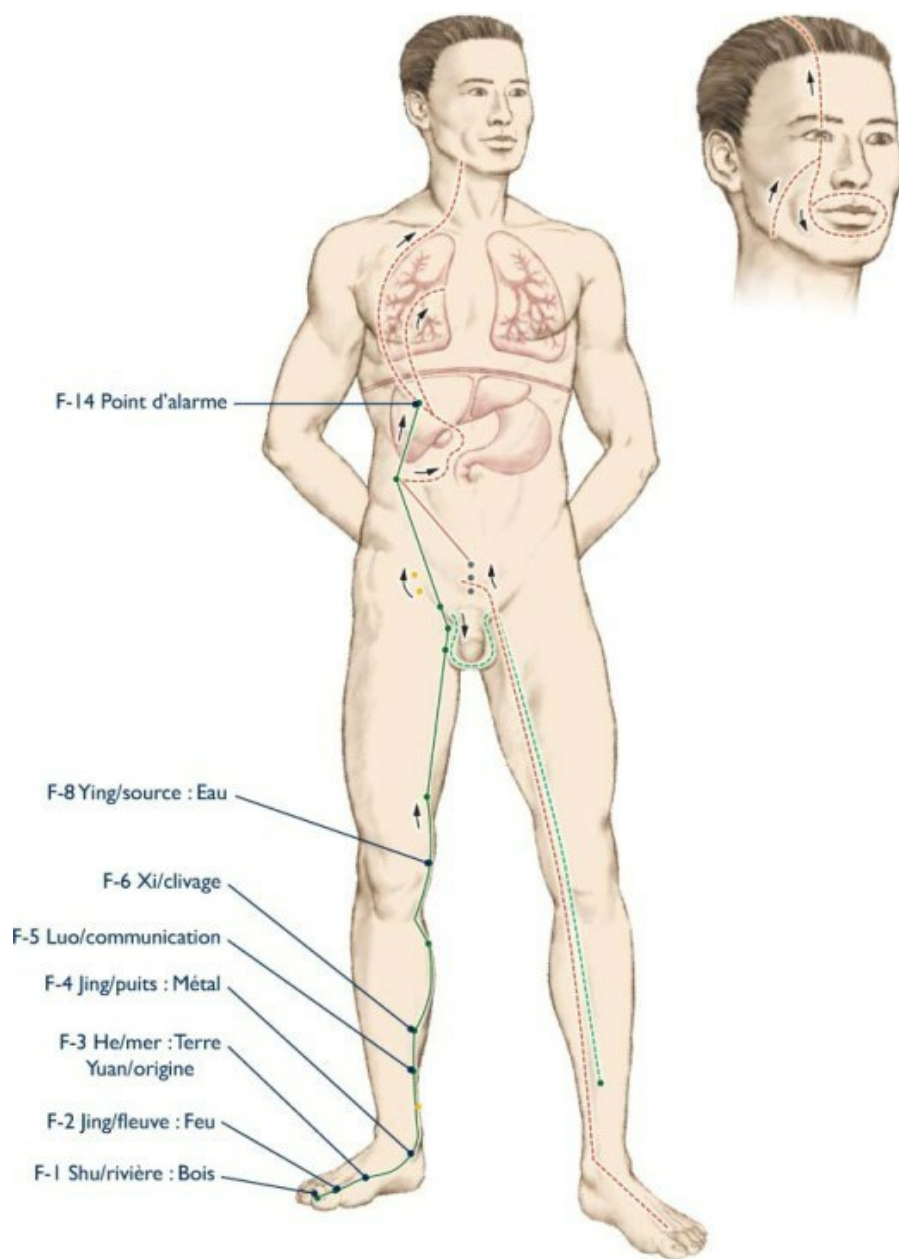


FIGURE 4.15
LE MÉRIDIEN DU FOIE
Jue Yin

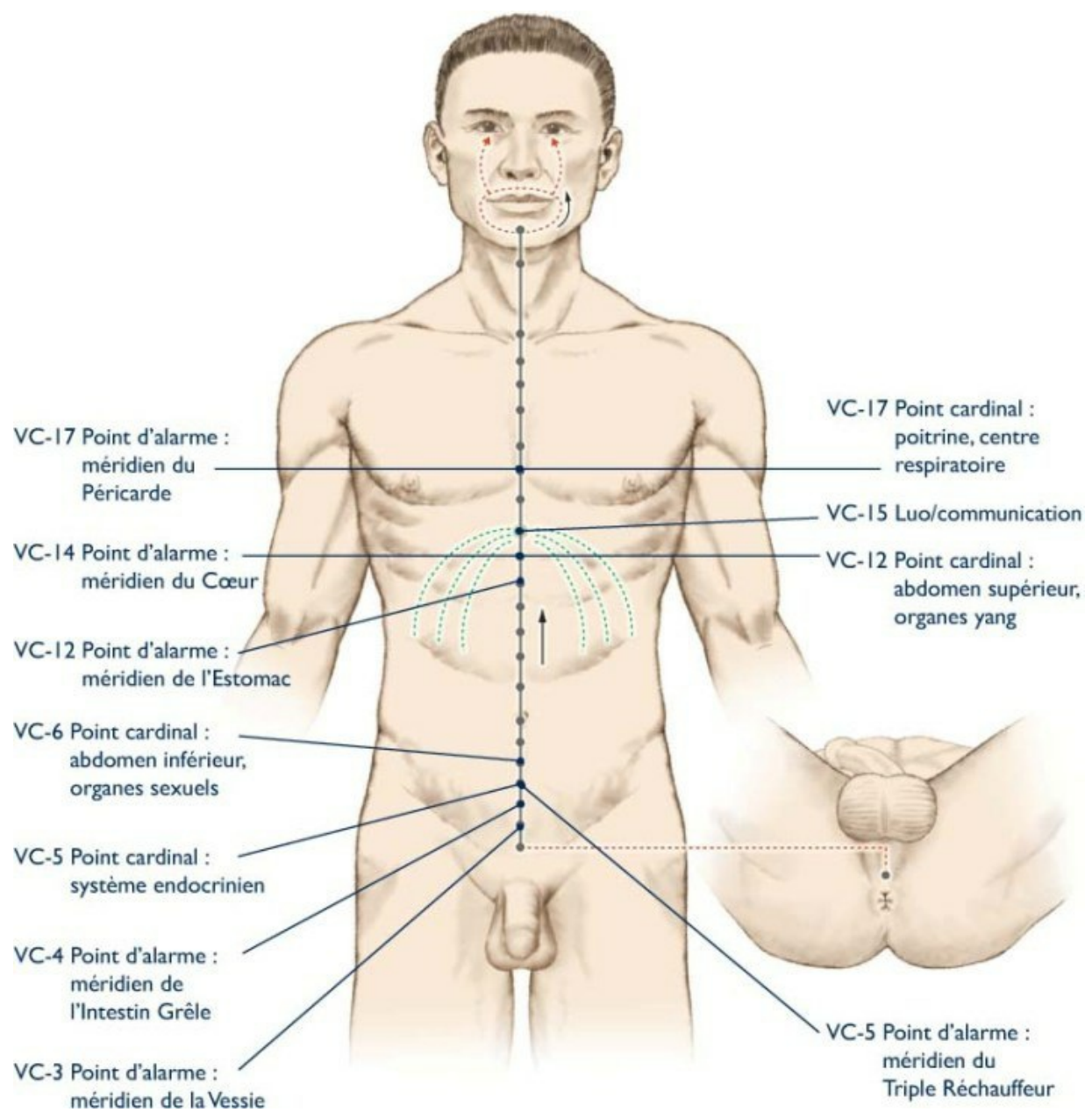


FIGURE 4.16
LE VAISSEAU CONCEPTION

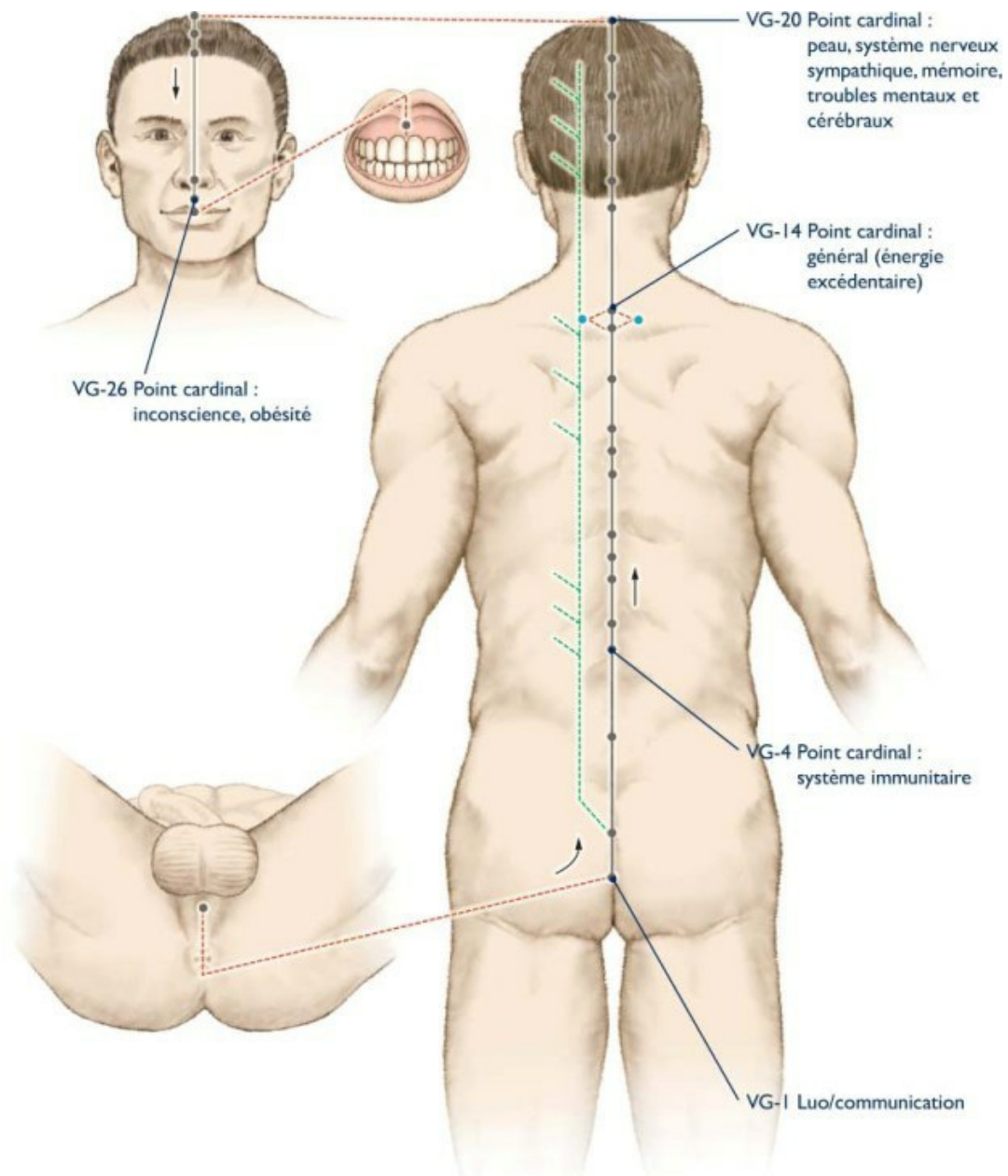


FIGURE 4.17
LE VAISSEAU GOUVERNEUR

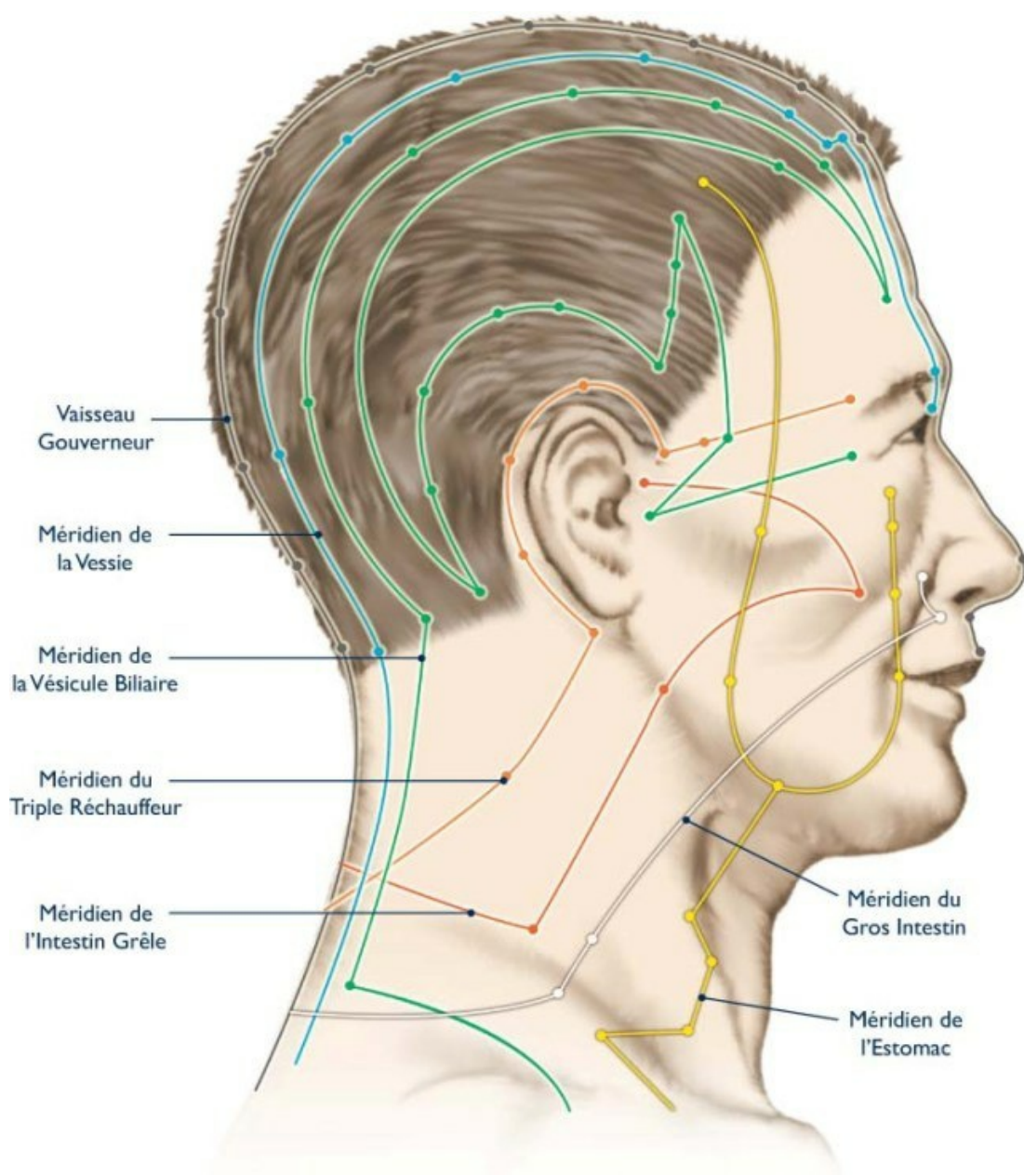


FIGURE 4.18
LES MÉRIDIENS DE LA TÊTE

LES PRINCIPAUX POINTS D'ACUPUNCTURE

Les points constituent les portes d'entrée des méridiens. On les appelle les *points d'acupuncture* ou les *points méridiens*. Chacun des points exerce un effet particulier sur les différents courants et organes du corps. Leurs noms et fonctions diffèrent légèrement d'un système à l'autre, mais certains sont communément reconnus. En voici quelques-uns.

LES CINQ POINTS DE TRANSPORT

Dans la théorie des cinq phases, il existe cinq « points de transport » que l'ont décrit en utilisant l'analogie d'un fleuve. Le qi coule le long des fleuves ou canaux du méridien comme le fait l'eau d'une rivière, d'un lac ou autre plan d'eau. Le qi pourrait, par exemple, « jaillir » d'une source avant de « s'infiltrer » dans un canal.

Les cinq points de transport principaux sont situés sur chaque canal, partant des doigts ou des orteils et s'arrêtant aux coudes ou aux genoux. À chaque point, le flux du qi se manifeste de la manière dont on le décrit : Puits, Source, Rivière, Fleuve et Mer²⁸¹.

Des noms plus officiels sont :

Jing (puits) : là où le qi « jaillit ». Il s'agit des premiers points des canaux yang ou des derniers des canaux yin, à l'exception de certains points situés au bout des doigts et des orteils ;

Ying (source) : là où le qi « descend » le long du canal. Deux types de points, le nan jing et le nei jing, décrivent les points ying source qui régulent la chaleur du corps et les altérations du teint ;

Shu (rivière) : là où le qi « se déverse » dans le canal. Les points shu rivière sont indiqués dans le traitement des lourdeurs dans le corps et de la douleur articulaire, ainsi que des maladies intermittentes ;

Jing (fleuve) : là où le qi « baigne » le canal ;

He (mer) : là où le qi se rassemble et voyage ensuite dans les profondeurs du corps²⁸².

LES POINTS DES CINQ ÉLÉMENTS

Chaque méridien principal comprend des points qui représentent les cinq éléments. Ces points, que l'on appelle les points des cinq éléments (ou parfois les points des cinq phases), partent des doigts et des orteils, mais on les trouve également sur les membres. Voir les *figures 4.1 à 4.17*.

LES POINTS CARDINAUX

Les points cardinaux sont spécifiques à un état, une fonction ou une région du corps. Le vaisseau Conception (*figure 4.16*) et le vaisseau Gouverneur (*figure 4.17*) possèdent chacun quatre points cardinaux.

D'AUTRES POINTS IMPORTANTS

De nombreux praticiens traditionnels chinois recourent à des points supplémentaires dans leur travail :

Yuan – points d'origine : chaque méridien possède un point d'origine/yuan. Son rôle est de libérer le qi originel sous l'action de l'aiguille ;

Xi – points de clivage : le qi s'accumule en ces points et doit parfois être sollicité au moyen de l'aiguille ou stimulé pour circuler convenablement.

Luo – points de communication : chacun des douze méridiens possède un point luo, qui s'écarte du méridien principal pour former un méridien luo ;

Mu – points d'alarme : situés sur la face avant du corps, ils jouxtent des organes particuliers. Ils exercent un effet sur l'organe, mais pas sur le méridien qui lui est associé. On les qualifie de *points d'alarme* parce qu'ils réagissent fortement sous la pression, et ils sont par conséquent utiles aux diagnostics ;

Shu – points d'assentiment : ils résident sur les muscles qui soutiennent la colonne vertébrale de chaque côté. Le qi organique est transporté vers et depuis ces points, en les rendant fort utiles aux diagnostics ;

Hui – points de réunion : ils exercent un effet unique sur certains tissus et organes. Ces derniers disposent de plusieurs points de réunion ;

Les points « Fenêtre du Ciel » : situés sur le tiers supérieur du corps, ces points doivent être ouverts pour rétablir la connexion entre la terre (les deux tiers inférieurs) et le ciel (le tiers supérieur). Dans l'un des modèles, ces points nous permettent d'accéder aux énergies spirituelles, en particulier à notre esprit.

LA STIMULATION DES POINTS ET LE CERVEAU

Les points s'inscrivent-ils dans le cerveau ? D'après des chercheurs de l'Université de Southampton, au Royaume-Uni, et de l'Hôpital Purpan de Toulouse, en France, la réponse est oui.

Des études utilisant l'imagerie par résonance magnétique (IRM) et la tomographie par émission de positrons (TEP) ont démontré que la stimulation des points d'acupuncture exerce des effets divers sur l'activité cérébrale corticale. Les recherches ont mis en évidence une augmentation de l'activation et de la désactivation du cerveau en réaction à la stimulation des points d'acupuncture traditionnels chinois. Par exemple, les points renvoyant à l'ouïe et à la vue faisaient écho aux parties du cerveau liées à ces fonctions. La douleur est contrôlée par une matrice complexe d'interactions corporelles, et, dans ce cas-là aussi, les points ont été associés aux effets de soulagement de la douleur. Il semblerait

LES CINQ PHASES ET LES THÉORIES DE DIAGNOSTIC CONNEXES

La médecine traditionnelle chinoise se fonde sur la théorie des cinq phases ou des cinq éléments (*wu-hsing*). Elle est intimement liée à plusieurs autres théories et philosophies qui présentent des approches de diagnostic à but thérapeutique.

L'on pourrait paraphraser la théorie des cinq phases de la façon suivante :

Le qi circule en parfait équilibre dans les méridiens, à moins qu'il ne soit perturbé par des forces internes ou externes qui dérèglent les unités élémentaires de la vie.

Examinons cette théorie, qui puise ses racines dans les cinq éléments, mais s'inscrit également dans des philosophies véhiculant des idées sur les organes, les saisons et les directions ; la théorie du zang-fu ; une compréhension du qi comme représentant trois trésors vitaux ; les six divisions ; les huit principes ; les sept émotions ; et les trois phases du Triple Réchauffeur. Toute maladie est perçue comme un déséquilibre entre ces énergies qui interagissent.

Le principe de base de la théorie des cinq phases est qu'il existe cinq éléments dans la nature : la terre, le métal, l'eau, le bois et le feu. Ces éléments se succèdent par phases à travers les saisons et les organes, et chacun d'eux est représenté par une couleur. Le corps humain est composé de ces matériaux naturels, et pour le soigner correctement, il convient de travailler avec l'élément correspondant et son rythme cyclique.

Les cinq éléments représentent des énergies qui se succèdent en un cycle continu. Les Chinois n'insistent pas sur les éléments mêmes, mais plutôt sur le mouvement qu'ils décrivent entre eux. Ces mouvements conjoints élaborent le qi, la force vitale.

Chaque élément est associé à un système corporel particulier ainsi qu'à un organe interne. Chaque organe est soit yin, soit yang. La théorie du zang-fu décrit les fonctions et les interactions des organes. Le *zang* fait référence aux organes yin – Cœur, Foie, Rate, Poumons, Reins et Péricarde. Le *fu* représente les organes yang – Intestin grêle, Gros intestin, Vésicule biliaire, Vessie, Estomac et Triple Réchauffeur. Chaque zang est couplé à un fu, et l'on attribue à chaque paire un des cinq éléments, comme le montre la *figure 4.20*.

Les organes et les éléments se génèrent ou se détruisent l'un l'autre selon un schéma particulier. Cette idée rejoint le principe chinois de rétablir l'équilibre en contrebalançant les opposés ou celui des *wuxing*, qui fait référence à la nature entrelacée des cinq éléments. L'idée des *wuxing* évoque le fait que chaque élément exerce une influence génératrice et dominante sur un autre. Le bois générera (ou alimentera) le feu et le feu générera une nouvelle terre. Les éléments se dominent ou se détruisent

également l'un l'autre. Un praticien évalue quels éléments doivent être alimentés ou réduits et établit un traitement en fonction. La compréhension de ce cycle constitue la clé pour maintenir l'équilibre du système.

INTERACTIONS GÉNÉRATRICES

Le bois	<i>alimente</i>	le feu
Le feu	<i>crée</i>	la terre
La terre	<i>soutient</i>	le métal
Le métal	<i>recueille</i>	l'eau
L'eau	<i>nourrit</i>	le bois

INTERACTIONS DESTRUCTRICES

On les appelle souvent les interactions de « domination », parce qu'elles sous-tendent la destruction ou la transformation d'un élément par un autre :

Le bois	<i>fissure</i>	la terre
La terre	<i>absorbe</i>	l'eau
L'eau	<i>éteint</i>	le feu
Le feu	<i>fond</i>	le métal
Le métal	<i>taille</i>	le bois

Les anciens Chinois avaient une conception de l'anatomie différente de celle des médecins occidentaux. Au lieu de définir les organes par leur position dans le corps, ils les appréhendaient suivant le rôle qu'ils jouaient au sein du système dans son ensemble. Ils les décrivaient donc selon leurs liens interdépendants et leur connexion à la peau via le sang (*xue*), les liquides, les méridiens et les trois trésors vitaux abordés plus loin.

Les organes connaissent cinq phases, tout comme les saisons et les points de la boussole. Il existe quatre directions, la Chine représentant la cinquième (au centre). Contrairement à la boussole occidentale, la boussole chinoise insiste sur le sud. Il représente l'été, la période la plus chaude de l'année. Il est lié à juste titre au feu. L'ouest est le coucher du soleil et on l'associe à l'automne et au métal, tandis que le nord renvoie à l'hiver et à l'eau (l'opposé du sud). L'Est, le soleil levant, est rattaché au printemps et au bois. La terre est associée au centre de la boussole et à la fin de l'été. Si l'une de ces phases connaît un déséquilibre, le système tout entier est dérégulé. Des blocages ou la stagnation à un certain niveau peut entraîner des problèmes, de même qu'en cas d'excès ou de manque. Un diagnostic approprié prendra en compte tous ces facteurs.

LES TROIS TRÉSORS VITAUX

Les Trois Trésors, que l'on appelle parfois les Trois Joyaux, sont les clés de voûte de la médecine traditionnelle chinoise. Du point de vue taoïste, ces trois trésors représentent les forces fondamentales de la vie, que l'on considère comme les trois formes d'une même substance. Ces trois

trésors sont :

- le *jing*, l'essence fondamentale ou nutritive, représentée par le sperme, parmi d'autres substances ;
- le *qi*, la force vitale liée à l'air, la vapeur, le souffle et l'esprit ;
- le *shen*, l'essence spirituelle associée à l'âme et au surnaturel.

Le plus souvent, le *jing* est lié à l'énergie physique, le *qi* à l'énergie mentale et le *shen* à l'énergie spirituelle. Ces trois énergies forment un cycle, le *jing* servant de fondement à la vie et à la procréation, le *qi* stimulant l'activité du corps et le *shen* reflétant l'état de l'âme.

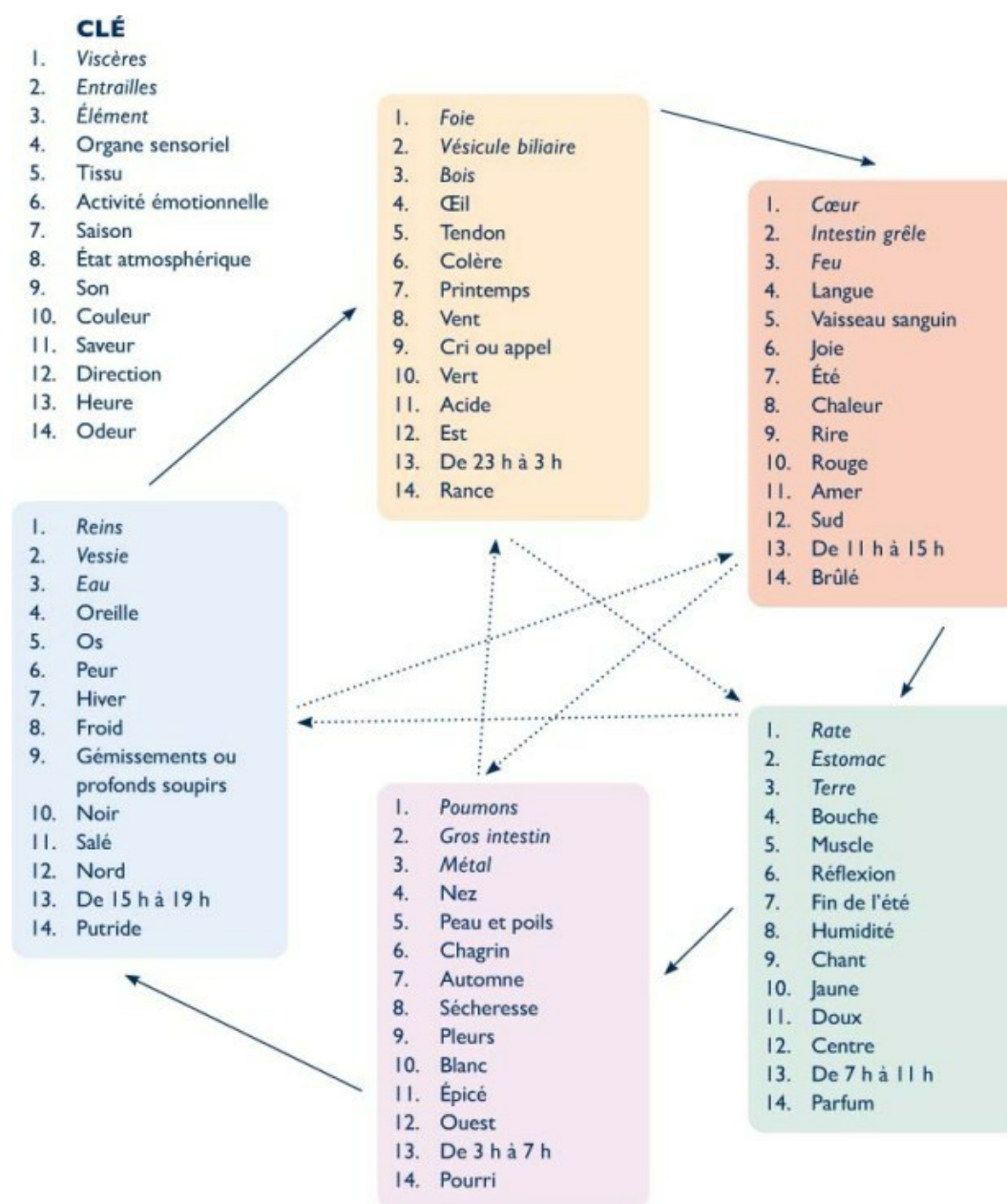


FIGURE 4.19
DIAGRAMME DES CINQ PHASES

FIGURE 4.20
LES CINQ ÉLÉMENTS CHINOIS

Élément	Bois	Feu
Couleur	Vert	Rouge
Saison	Printemps	Été
Organes	Foie et Vésicule biliaire	Cœur et Intestin grêle, Triple Réchauffeur et Péricarde
Direction	Est	Sud
Qualité	Petit Yang	Yang
Saveur	Aigre (acide)	Amer
Organe sensoriel	Yeux et Vue	Langue et Parole
Sécrétions	Larmes	Sueur
Émotion	Colère	Joie
Nature	Tiède	Chaud
Conditions défavorables	Vent/Chaleur/Humidité	Chaleur/Sécheresse
Excès ou manque	Sang qi	Lymphes sanguines
Voix	Cri	Rire
Partie du corps	Muscles/Tendons	Vaisseaux sanguins
Odeur	Rance	Brûlé
Climat	Vent	Chaleur
Grain	Blé	Millet
Fruit	Pêche	Prune
Viande	Volaille	Agneau
Légume	Mauve	Légumes-feuilles
Développement	Naissance	Croissance
Émotions-Équilibre	Respect de soi et Décision	Joie, Tranquillité et Amour
Émotions-Excès	Colère et Irritabilité	Nervosité ou Euphorie
Émotions-Carence	Culpabilité et Dépression	Dépression
Symptômes physiques	Raideur de la nuque et Mal de tête	Indigestion et Insomnie
Planète	Jupiter	Mars
Nourri par	Eau	Bois
Nourrit	Feu	Terre
Réprimé par	Métal	Eau
Réprime	Terre	Métal
Terre	Métal	Eau

Jaune	Blanc	Noir/Bleu
Fin de l'été/DoYo (les neuf jours succédant et précédant les équinoxes et les solstices)	Automne	Hiver
Rate et Estomac	Poumons et Gros intestin	Vessie et Reins
Centre	Ouest	Nord
Neutre/Équilibre	Petit Yin	Yin
Doux	Épicé	Salé
Bouche et Goût	Nez et Odorat	Oreilles et Ouïe
Salive (lèvres)	Mucus	Salive (langue et dents)
Compassion	Chagrin	Peur
Neutre	Frais	Froid
Humidité/Froid/Chaleur	Sécheresse/Chaleur/Froid/Flegme	Froid/Humidité/Sécheresse/Chaleur
Lymphes qi	qi lymphatique	Lymphes essence
Chant	Pleurs	Plainte
Chair	Peau/Poils	Os et Moelle, Cheveux
Parfum	Pourri	Putride
Humidité	Sécheresse	Froid
Seigle	Riz	Haricot
Abricot	Châtaigne	Datte
Boeuf	Cheval	Porc
Échalote	Oignon	Poireau
Transformation	Déclin	Stagnation/Mort
Compassion et Concentration	Délivrance du Chagrin	Courage et Prudence
Inquiétude et Compulsion	Dépression et Apitoiement sur soi	Peur et Panique
Distracted et Besoin d'autrui	Incapacité à éprouver du chagrin	Imprudence
Obésité et Indigestion	Sueur ou Toux	Pieds froids ou Douleur dans le bas du dos
Saturne	Vénus	Mercure
Feu	Terre	Métal
Métal	Eau	Bois
Bois	Feu	Terre
Eau	Bois	Feu

LES SIX ÉTATS ATMOSPHÉRIQUES

De nombreuses versions de la médecine traditionnelle chinoise décrivent six différents états atmosphériques que pourraient manifester les éléments. Chaque système organique affectionne un état particulier, comme le montre le « Diagramme des cinq phases » (Fig. 4.19). Ces états sont :

- la sécheresse,
- l'humidité,
- la chaleur/feu,
- l'été/chaleur,
- le froid,
- le vent.

LES QUATRE COUCHES (OU NIVEAUX)

Il existe quatre niveaux de guérison. Cette idée est apparue pour la première fois dans le *Traité des maladies chaudes* de Ye Tian Shi, rédigé à la fin du XVII^e et au début du XVIII^e siècle. Ces couches ou niveaux évoluent dans l'ordre depuis la surface du corps jusqu'aux profondeurs internes ; et d'une maladie bénigne à la mort²⁸⁴. Ces couches suivent l'ordre suivant :

- le *niveau du wei* est défensif. Il doit son nom au *wei qi*, qui protège le corps au niveau de la peau. Il représente généralement le stade initial de la plupart des infections et maladies, provoquées par l'agression de différents vents ou atmosphères. Un exemple de problème fréquent est celui du *vent chaud*, fruit de la combinaison de la *chaleur néfaste* et du *vent*, qui attaque la peau. Les symptômes à ce niveau impliquent souvent les poumons et la peau et sont le signe qu'il faut libérer les atmosphères qui posent problème ;
- le *niveau du qi* est interne. Il définit le combat entre le qi vital (ou *zheng qi*) du corps et la chaleur néfaste. La chaleur néfaste a attaqué le zang-fu, en provoquant les symptômes d'un excès, généralement une *chaleur interne excessive*. Les symptômes apparaissent suivant les systèmes organiques concernés ;
- le *niveau du ying* est nutritif. La chaleur néfaste (une chaleur modérée pathogène) a soumis le niveau du qi à sa domination et se confronte au ying, au qi ou précurseur du sang. Le ying circule à travers les vaisseaux sanguins et le cœur, qui abrite le *shen*, l'énergie mentale ;
- le *niveau du xue* est le sang. Une fois que la chaleur néfaste s'est introduite dans le sang, les systèmes du Foie et des Reins sont touchés et se mettent à saigner. La mort peut rapidement s'ensuivre.

LES SIX STADES (ÉGALEMENT APPELÉS LES SIX CANAUX)

La médecine traditionnelle chinoise fait également référence aux six stades, un système semblable à la théorie des quatre niveaux, mais qui réduit toute maladie à six états évolutifs et traite des agressions du vent ou du froid. Ces six stades ont été introduits pour la première fois par Zhang Zhongjing dans le *Shang Han Lun* vers l'an 220. L'on décrit ces six stades en rapport avec leurs méridiens de la main et du pied. Ils représentent la progression d'une personne depuis son exposition à une maladie infectieuse jusqu'à sa mort, souvent provoquée par une attaque du vent ou du froid néfaste (le tableau des « Cinq éléments chinois » de la page 204 les associe à des facteurs supplémentaires).

LE TAI YANG OU GRAND YANG

Le tai yang de la main : lié à l'Intestin grêle. Clarifie l'information destinée au cœur, gère la digestion et l'absorption, trie les idées.

Le tai yang du pied : lié à la Vessie. Associé aux fluides ; équilibre le corps ; protège ; régule les fonctions excrétoires ; gère la faculté d'adaptation.

L'infection du tai yang : il existe différents types d'infection du tai yang, mais ils relèvent tous de l'intrusion initiale d'un froid néfaste externe via la peau. Une maladie pourrait avoir pour origine un vent ou une carence externe ; un froid ou un excès externe ; des syndromes jing ou sanguins ; des syndromes fu ou zang ; ou encore des syndromes yin ou yang.

LE YANG MING OU CLARTÉ DU YANG

Le yang ming de la main : lié au Gros Intestin. Transporte, draine et gère les fonctions excrétoires ; reflète la négativité.

Le yang ming du pied : lié à l'Estomac. Mer nourricière ; régule les sens ; affecté par le stress émotionnel.

L'infection du yang ming : lorsque la maladie envahit l'intérieur du corps, le « qi sain » et le « mauvais qi » transforment l'agent pathogène en chaleur. Le yang ming pourrait avoir un impact sur le méridien affecté ou les organes zang-fu correspondants.

LE SHAO YANG OU PETIT YANG

Le shao yang de la main : lié au Triple Réchauffeur. Thermorégulateur ; gère les trois foyers.

Le shao yang du pied : lié à la Vésicule Biliaire. Dissout les graisses ; associé à la toxicité ; contrôle le jugement et la prise de décisions.

L'infection du shao yang : ce stade sous-tend la nécessité de libérer les agents pathogènes provenant de l'extérieur (froid et vent) et la chaleur interne. Nous prenons conscience à ce niveau que l'agent pathogène est à la fois interne *et* externe.

LE TAI YIN OU GRAND YIN

Le tai yin de la main : lié aux Poumons. Contrôle le qi, la respiration, la peau, les poils et la circulation de l'eau.

Le tai yin du pied : lié à la Rate. Gère le transport et les changements majeurs, le sang, les muscles et les membres.

L'infection du tai yin : ce stade implique une infection du zang-fu de la Rate et de l'Estomac, accompagnée d'un froid et d'une humidité internes.

LE SHAO YIN OU PETIT YIN

Le shao yin de la main : lié au Cœur. Gouverne les vaisseaux cardiovasculaires et le cœur, et soutient le mental.

Le shao yin du pied : lié aux Reins. Stocke l'essence ; gère la reproduction et le développement, le métabolisme aqueux, les os et la moelle épinière ; recueille le qi.

L'infection du shao yin : il existe deux types de syndrome du shao yin : la carence en qi yang et en froid, et la carence en qi yin et en chaleur.

LE JUE YIN OU FIN DU YIN

Le jue yin de la main : lié au Péricarde. Associé au Triple Réchauffeur ; protège et se rattache au cœur.

Le jue yin du pied : lié au Foie. Distribue le qi ; purifie ; lié aux problèmes d'autorité.

L'infection du jue yin : il s'agit du stade ultime de la maladie causée par le froid néfaste. Il correspond à une faiblesse du qi.

LES HUIT PRINCIPES DIRECTEURS

Les huit principes directeurs nous révèlent comment détecter et travailler sur les déséquilibres énergétiques du corps. Ils consistent en fait en quatre pôles opposés, que vous trouvez ci-après.

INTERNE/EXTERNE

Interne/Externe détermine la position et non la cause du problème. Les organes internes sont souvent touchés par un problème émotionnel et moins fréquemment par une cause inconnue ou un facteur externe. Les troubles externes sont soit dus à un agent pathogène étranger au corps qui l'attaque par surprise soit à une infection aigüe ou chronique du canal. Les symptômes externes pourraient concerner les cheveux, les muscles, les nerfs périphériques et les vaisseaux sanguins, tandis que les systèmes internes concernent les organes, les vaisseaux et nerfs profonds, le cerveau et la moelle épinière.

CHAUD/FROID

Chaud/Froid définit la nature du déséquilibre et l'énergie globale du patient. La *chaleur pleine* ou le chaud est une chaleur interne excessive. La *chaleur excessive* correspond à un excédent de yang. La *chaleur vide* évoque une carence interne en yin (généralement causée par la carence en yin des Reins). Le *froid plein* est un froid interne excessif. Le *froid excessif* découle d'un excédent de yin. Le *froid vide* renvoie à une carence en yang. Le chaud et le froid peuvent coexister dans le système. Les symptômes du froid pourraient se manifester par des frissons et le teint pâle, tandis que les symptômes du chaud pourraient se résumer à une forte fièvre et un métabolisme élevé.

PLEIN/VIDE

Plein/Vide définit l'excès par rapport à la *carence*. Il donne des indications sur la présence d'un agent pathogène ainsi que sur l'état du qi corporel. *Plein* décrit la présence d'un agent pathogène externe ou interne ou d'un qi, sang ou aliment stagnant. *Vide* ne désigne pas un pathogène, mais un qi, sang, yin ou yang affaibli. Les symptômes d'un plein ou d'un excès s'accompagnent souvent d'un état aigu ou soudain, tandis que les syndromes d'un vide ou d'une carence sont plus chroniques et lents.

Les quatre couches, les six stades et les huit principes convergent tous vers les trois mêmes ingrédients corporels : le qi, le sang et les liquides corporels non sanguins. Tandis qu'une maladie grave les implique tous les trois, de nombreux problèmes découlent de dérèglements au niveau de l'un ou de l'autre. Voici les principales situations faisant intervenir le sang, le qi ou les liquides.

LES SYNDROMES DU QI

Le qi vide : insuffisance de qi pour accomplir les fonctions essentielles.

Le qi effondré : le qi de la Rate ne peut exécuter ses fonctions de soutien.

Le qi stagnant : le flux du qi est réduit. S'il encombre un organe ou y reste bloqué, cela peut engendrer une douleur, une apathie ou une rigidité.

Le qi rebelle : le qi circule dans la mauvaise direction.

LES PRINCIPAUX PROFILS DU SANG

La carence en sang : à cause de la carence en qi de la Rate (l'empêchant de fournir les matières nécessaires à leur soutien), le Cœur et le Foie sont affectés de manière négative. Le Cœur contrôle le sang et le Foie le stocke. Manquant de qi, le cœur ne peut pomper correctement le sang et le foie ne peut le purifier convenablement.

La stagnation du sang : le sang ne circule pas normalement à cause d'une obstruction.

LES PROBLÈMES LIÉS AUX LIQUIDES (JIN YE)

La carence en liquides : un excès de chaleur, de sécheresse ou de sang vide peut entraîner une sécheresse.

La stagnation des liquides : si le yang ne peut véhiculer les liquides, ils peuvent s'accumuler et engendrer de l'humidité (telle un œdème ou du mucus). Les déséquilibres cités ci-dessus peuvent se combiner et provoquer une carence et une stagnation de qi et de sang. Un scénario pourrait être la stagnation du qi avec le temps, qui entraîne celle du sang. À l'inverse, une carence en sang peut aussi mener à une carence en qi. Si le qi ne peut véhiculer le sang, il pourrait en résulter du sang stagnant.

Par exemple, on pourrait définir un trouble comme une invasion de « vent/froid » ou de « vent/chaleur ». Comme vous pouvez l'imaginer, le vent/froid pourrait provoquer des frissons ou de l'humidité tandis que le vent/chaleur pourrait entraîner de la fièvre et des sueurs.

La théorie traditionnelle courante affirme qu'en cas de stress, le système méridien du corps se déséquilibre. De nombreux facteurs peuvent être à l'origine du stress, parmi lesquels des épreuves physiques, émotionnelles, mentales ou spirituelles, des problèmes psychologiques ou biochimiques, et même des désordres électromagnétiques tels que le stress géopathique. Même des facteurs environnementaux naturels comme un excès de froid, d'humidité, de vent, de sécheresse ou de chaleur peuvent créer un déséquilibre. Sous la contrainte, le sang, le qi et les liquides ne peuvent circuler normalement, en entraînant généralement une congestion (amas ou blocage) ou un appauvrissement (carence ou faiblesse). Les symptômes de ces déséquilibres peuvent être détectés au niveau des méridiens avant même qu'ils ne se manifestent physiquement. Une fois que ces problèmes apparaissent au niveau physique, ces causes sous-jacentes peuvent enrayer la capacité du corps à guérir.

Le thérapeute des méridiens stimule principalement les points d'acupuncture pour rétablir l'équilibre. Le qi stagnant nécessite d'être stimulé. Le qi froid requiert de la chaleur. Comme nous le verrons dans la section sur les méthodes thérapeutiques, le diagnostic et le traitement des méridiens, de nombreuses voies s'ouvrent au spécialiste des méridiens, telles que des techniques recourant ou non aux aiguilles, au massage, au travail énergétique, à l'alimentation, aux plantes et bien d'autres.

YIN/YANG

Yin/Yang constitue une synthèse des autres catégories. Le yin équivaut à l'intérieur, au vide et au froid. Le yang renvoie à l'extérieur, au plein et au chaud. Cette polarité peut également désigner deux sortes de manque : la carence (quantité insuffisante de yin ou de yang) et l'effondrement (baisse ou

ralentissement critique du yin ou du yang).

LE TRIPLE RÉCHAUFFEUR (SAN JIAO, TRIPLE FOYER OU TROIS FOYERS)

Le système du Triple Réchauffeur représente une autre méthode de diagnostic utile, en particulier pour déterminer les problèmes causés par le vent/ chaleur ou, dans certains systèmes, l'humidité/ chaleur. Ce système a été développé par Wu Ju Tong à la fin du XVIII^e siècle et décrit dans son livre *Différenciation systématique des Maladies de la Chaleur*.

Le système repère le vent/chaleur suivant sa position dans le Triple Réchauffeur. On l'utilise souvent conjointement avec la phytothérapie plutôt que l'acupuncture.

Les trois niveaux sont :

1. **le jiao supérieur** : la partie supérieure du corps, couvrant le Cœur, les Poumons et le Péricarde. Infection des poumons et de la peau ; peut également affecter l'Estomac et la Rate.
2. **le jiao moyen** : la partie médiane du corps, regroupant les systèmes de la Rate, de l'Estomac, de la Vésicule Biliaire et du Foie. Si la Rate est touchée par l'humidité, elle ne peut plus transporter les matières premières, ce qui affecte à son tour l'Estomac et les muscles.
3. **le jiao inférieur** : la partie inférieure du corps englobant le Gros Intestin et l'Intestin Grêle, les Reins et la Vessie.

LES SEPT ÉMOTIONS ET LES ORGANES CORRESPONDANTS

Les praticiens traditionnels chinois pensent que les émotions affectent la physiologie. Ils évaluent et traitent donc généralement les émotions, en particulier en rapport avec les organes qu'elles influencent.

Le système chinois compte sept émotions fondamentales : la joie, la colère, l'inquiétude, la réflexion, la tristesse, la peur et l'effroi. Chaque émotion influence un organe spécifique. Dans des conditions normales, cette connexion aide une personne à réagir aux événements de la vie, mais lorsque les émotions sont exacerbées ou insuffisamment exprimées, le corps finit par tomber malade. Une colère excessive, par exemple, s'avère dangereuse pour le foie et d'autres parties du corps. Le foie est le siège de la colère. Un énervement ou une fureur extrême amplifiera l'énergie du foie, qui se précipitera ensuite vers la tête, pouvant provoquer de l'hypertension ou des maux de tête ou, dans le pire des cas, une attaque.

Bien que les émotions *affectent* les organes, il est important de se rappeler qu'elles naissent également *dans* des organes particuliers. Un organe « engendre » une émotion. Voici une liste de ces corrélations :

le cœur	<i>engendre</i>	la joie
le foie	<i>engendre</i>	la colère
les poumons	<i>engendrent</i>	l'inquiétude et la tristesse
la rate	<i>engendre</i>	la réflexion
les reins	<i>engendrent</i>	la peur et l'effroi

LES TROIS PRINCIPAUX SCHÉMAS ÉMOTIONNELS

L'existence de trois schémas émotionnels principaux vient encore compliquer les choses.

Voici en quoi ils consistent :

Une émotion en entraîne une autre, ce qui peut provoquer une réaction en chaîne :

la colère	<i>engendre</i>	la joie
la joie	<i>engendre</i>	la réflexion
la réflexion	<i>engendre</i>	l'inquiétude et la tristesse

l'inquiétude et la tristesse	<i>engendrent</i>	la peur et l'effroi
la peur et l'effroi	<i>engendrent</i>	la colère

Une émotion prend le contrôle sur une autre, en créant un déséquilibre :

la colère	<i>domine</i>	la réflexion
la réflexion	<i>domine</i>	la peur et l'effroi
la peur et l'effroi	<i>dominant</i>	la joie
la joie	<i>domine</i>	l'inquiétude et la tristesse
l'inquiétude et la tristesse	<i>dominant</i>	la colère

Une émotion en affaiblit une autre, en rétablissant l'équilibre :

l'inquiétude et la tristesse	<i>affaiblissent</i>	la joie
la réflexion	<i>affaiblit</i>	la colère
la colère	<i>affaiblit</i>	l'inquiétude et la tristesse
la peur et l'effroi	<i>affaiblissent</i>	la réflexion
la joie	<i>affaiblit</i>	la peur et l'effroi

La clé pour guérir le corps émotionnellement est d'utiliser une émotion au pouvoir dominant ou transformateur. Par exemple, la colère domine la réflexion, mais, lorsque cette dernière est transformée en feu, la colère s'affaiblit et le corps parvient à l'équilibre.

LES SEPT ÉMOTIONS ET LES ORGANES

Ce tableau décrit les sept émotions et les torts que les émotions exacerbées causent aux organes qui leur sont associés.

QUALITÉS DES ALIMENTS QUI SOIGNENT LES ÉMOTIONS

Les cinq saveurs fondamentales des aliments sont souvent utilisées pour transformer une émotion en feu et rééquilibrer le corps. Les aliments peuvent également servir à stimuler des émotions salutaires ainsi qu'à apaiser des émotions exacerbées.

FIGURE 4.21
LES SEPT ÉMOTIONS ET LES ORGANES

Émotion	Torts causés à l'organe correspondant
Joie	Une joie exacerbée consume l'énergie du Cœur, et mène à une carence en énergie du Cœur. Elle ralentit également le cœur, ce qui l'empêche donc de fonctionner convenablement.
Colère	Une colère excessive consume l'énergie du Foie, et mène à une carence en énergie du Foie. Elle monte également à la tête, en entraînant des maux de tête, de l'hypertension et éventuellement des attaques.
Inquiétude	

et Tristesse	En excès, l'inquiétude et la tristesse consomment l'énergie des Poumons et mènent à une carence en énergie des Poumons, causant également gonflement et douleurs abdominales.
Réflexion	Une réflexion excessive consomme l'énergie de la Rate et mène à une carence en énergie de la Rate, entraînant une congestion de la rate.
Peur et Effroi	Une peur et une panique démesurées consomment l'énergie des Reins et mènent à une carence en énergie des Reins. La peur force également l'énergie des Reins à circuler vers le bas, entraînant des problèmes dans la partie inférieure du corps et des affections rénales. La panique engendre le chaos dans les reins, ce qui diminue leur efficacité.

FIGURE 4.22
ALIMENTS ET ÉMOTIONS

Aliments curatifs	Organes favorisés	Émotions favorisées	Émotions contrées
Aigre	Foie et vésicule biliaire	Colère	Réflexion
Amer	Cœur et intestin grêle	Joie	Tristesse et inquiétude
Sucré	Rate et estomac	Réflexion	Peur et effroi
Épicé	Poumons et gros intestin	Inquiétude et tristesse	Colère
Salé	Reins et vessie	Peur et effroi	Joie

SIMILITUDES : LES MÉRIDIENS ET AUTRES CANAUX ÉNERGÉTIQUES

De nombreux professionnels perçoivent des ressemblances entre les méridiens et leurs corollaires et les nadis de la littérature hindoue, qui sont également liés aux corps énergétiques que l’on nomme *chakras*. Bien que l’on considère techniquement les nadis comme des canaux, nous nous contenterons d’y faire allusion dans cette section et les décrirons en détail dans la cinquième partie sur les corps énergétiques. Ce choix de les y placer est motivé par la relation interchangeable qu’entretiennent les nadis et les chakras : ils s’alimentent l’un l’autre. La littérature védique constitue la source traditionnelle de données sur les chakras. Ils sont nés en Inde et en Asie du Sud-Est, bien que d’autres cultures, dont les Mayas, revendiquent leur paternité. La médecine chinoise débuta en Chine et se répandit en Corée, au Japon et au Vietnam. La sagesse bouddhiste se retrouva au croisement des deux, mais pas avant 700 ap. J.-C. environ. Nous pouvons donc voir que les deux systèmes se développèrent indépendamment l’un de l’autre ; ils se rejoignent néanmoins sur de nombreux points.

L'ÉNERGIE VITALE

Les Chinois lui donnent le nom de *qi* ; pour les Hindous, elle est le *prana*. Ces deux énergies sont considérées comme l’énergie vitale subtile qui alimente toute vie. Certains systèmes de la médecine chinoise définissent cinq types de qi (originel ou prénatal ; qi des organes ; qi des organes et entrailles ; qi défensif ou externe et constructif ou interne ; et qi néfaste ou agents pathogènes qui envahissent le corps de l’extérieur). D’autres encore nomment le qi en rapport avec les éléments. Dans le feng shui, il existe cinq éléments : le bois, l’eau, le feu, le métal et la terre (les divers systèmes mettent en évidence différents nombres et types de qi). En outre, maints systèmes hindous présentent cinq types de prana qui sont eux aussi liés aux organes : *prana*, *apana*, *ayan*, *udana* et *samana*.

LES CANAUX ET CORPS ÉNERGÉTIQUES

Dans le système védique, le prana s'écoule dans les nadis pour alimenter les chakras, tandis que dans le monde traditionnel chinois, le qi circule à travers les méridiens au service des organes. Comme le Dr William Tiller l'a suggéré dans son livre *Science and Human Transformation*, le méridien, qui échange des informations au niveau du spectre électromagnétique ainsi qu'au niveau éthérique, « représente probablement le “nadi subtil” des anciens enseignements hindous »²⁸⁵.

Dans le modèle de Tiller, les méridiens servent d'« antennes » pour l'information physique et subtile. Les chakras sont des centres d'émission semblables qui, contrairement aux méridiens, agissent à des niveaux plus éthériques et subtils²⁸⁶. Si le qi est bloqué éthériquement, en partie ou complètement, dans les méridiens (et donc, dans les nadis), il l'est également dans le corps physique. Rétablissez le flux via l'acupuncture, ou par tout autre moyen permettant d'augmenter le flux ionique, et le problème se dissipe autant sur le plan physique qu'éthérique.

Certains scientifiques ésotériques comparent en outre les chakras secondaires aux points d'acupuncture, et les considèrent tous deux comme des « positions nodales d'énergie vibratoire »²⁸⁷. Comment ces deux systèmes pourraient s'interconnecter ? De nombreux scientifiques de l'énergie considèrent les chakras comme des transmetteurs d'énergie subtile. Les méridiens semblent naître *in utero* à l'instar des énergies subtiles, et devenir ensuite les transporteurs des énergies physiques. Les chakras puisent leurs racines dans le système nerveux et les glandes endocrines qui les ancrent dans le corps physique, tout comme les méridiens sont fermement arrimés au tissu conjonctif et servent de système électrique secondaire. Leur interaction pourrait se fonder sur les trois principaux corps énergétiques qui entourent et pénètrent le corps humain. Il s'agit, selon le Dr Hiroshi Motoyama, des corps physique, causal et astral, qui fonctionnent à des rythmes vibratoires différents²⁸⁸.

Perçus comme trois cercles concentriques, ils sont reliés entre eux par les chakras qui, à leur tour, approvisionnent en énergie les milliers de nadis qui parcourent le système (et sont également nourris par ces nadis). Le Dr Motoyama affirme que les nadis les plus bruts ou physiques (par opposition aux nadis subtils) équivalent au système des méridiens. Les nadis et les méridiens, d'après la littérature classique, sont gorgés de fluide corporel, une énergie servant de couche intermédiaire entre les parties physiques et subtiles de notre être, et tous deux se situent dans le tissu conjonctif²⁸⁹.

LE RÔLE DES ÉMOTIONS

Dans le système chakrique secondaire et les points d'acupuncture, les émotions jouent un rôle essentiel en générant les situations internes qui peuvent conduire à la santé ou à la maladie.

LE RÔLE DU FÉMININ ET DU MASCULIN

Dans le système hindou, le masculin et le féminin sont représentés par le flux de la kundalini (énergie vitale), l'énergie féminine du serpent, qui s'élève pour rejoindre l'énergie masculine au centre énergétique de la couronne. Dans la médecine chinoise, le yin et le yang sont des pôles d'énergie, représentant le magnétisme et l'électricité, le féminin et le masculin et d'autres qualités duelles.

L'ÉLECTROMAGNÉTISME

La pensée et les recherches classiques suggèrent que les méridiens et les chakras sont reliés par des canaux ou corps électromagnétiques, et entrent donc en contact via des charges positives et négatives.

LE SYSTÈME EN TANT QUE LUMIÈRE

Comme le Dr Alberto Villoldo, expert en chamanisme indigène, l'affirme, les maîtres guérisseurs ne travaillent pas sur le corps physique, mais plutôt par le biais d'un champ rayonnant de lumière qui

sert de modèle à tous les aspects de notre être. Les chakras et les méridiens relèvent de ce champ de rayonnement lumineux qui engendre et alimente la réalité physique²⁹⁰. Les méridiens, en particulier, ressemblent aux lignes d'énergie, ou *cekes*, connues des descendants de l'Inca sous le nom de *rios de luz* ou « fleuves de lumière » (voir « Le modèle énergétique inca » à la page 274).

LES CYCLES DU QI : L'HORLOGE BIOLOGIQUE

Dans la médecine traditionnelle chinoise, le travail sur l'horloge biologique fournit un important feedback au diagnostic et au traitement des déséquilibres du qi. Vous pouvez aussi seconder un organe particulier si vous connaissez l'heure de son état le plus ou le moins actif, par le biais d'une myriade de techniques telles que les traitements traditionnels, une alimentation, des exercices et une respiration appropriés, le centrage émotionnel et des pratiques comme le Qigong, qui consiste en des mouvements spécifiquement adaptés aux organes.

Toute fonction organique fluctue puisque le qi met vingt-quatre heures à circuler dans le corps. Ce concept de cycles du qi se base sur l'observation que les douze méridiens sont symétriques des côtés gauche et droit du corps ; ils sont également étroitement liés. Le qi coule dans chaque organe et donc dans le système des méridiens, comme un serpent enroulé autour d'un même fleuve, en fournissant à l'organe l'occasion de se libérer de la stagnation et en l'invitant à fonctionner de manière optimale.

Le qi débute son parcours quotidien dans les Poumons et traverse le Gros Intestin avant de poursuivre vers sa prochaine destination. Il s'arrête finalement au Foie, avant de recommencer. Si le qi demeure bloqué dans un organe, il ne parviendra pas à activer cet organe ou à continuer sa route avec l'intensité suffisante pour pouvoir servir les systèmes organiques suivants. Les praticiens encouragent souvent les patients à chronométrer un symptôme ou un problème particulier, ou encore une maladie chronique, afin qu'ils puissent déceler quel organe pourrait être bloqué. En identifiant précisément l'endroit d'un blocage, un praticien peut traiter le problème sous-jacent et même la personne dans sa globalité.

L'HORLOGE BIOLOGIQUE

Poumons	de 3 h à 5 h
Gros Intestin	de 5 h à 7 h
Estomac	de 7 h à 9 h
Rate	de 9 h à 11 h
Cœur	de 11 h à 13 h
Intestin Grêle	de 13 h à 15 h
Vessie	de 15 h à 17 h
Reins	de 17 h à 19 h
Péricarde	de 19 h à 21 h
Triple Réchauffeur	de 21 h à 23 h
Vésicule Biliaire	de 23 h à 1 h
Foie	de 1 h à 3 h ²⁹²

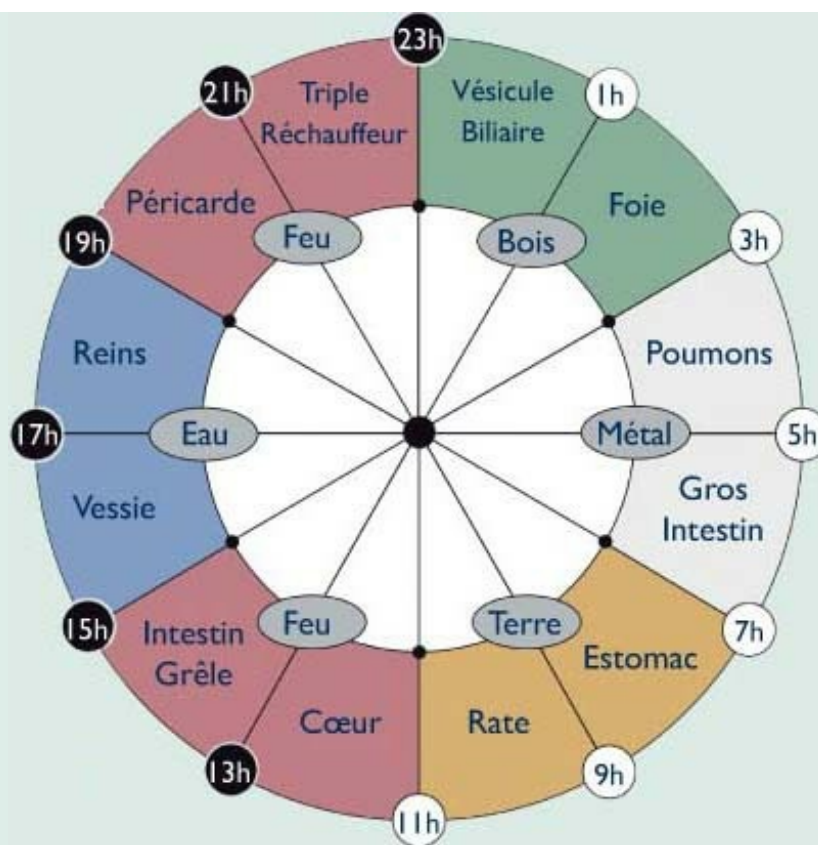


FIGURE 4.23

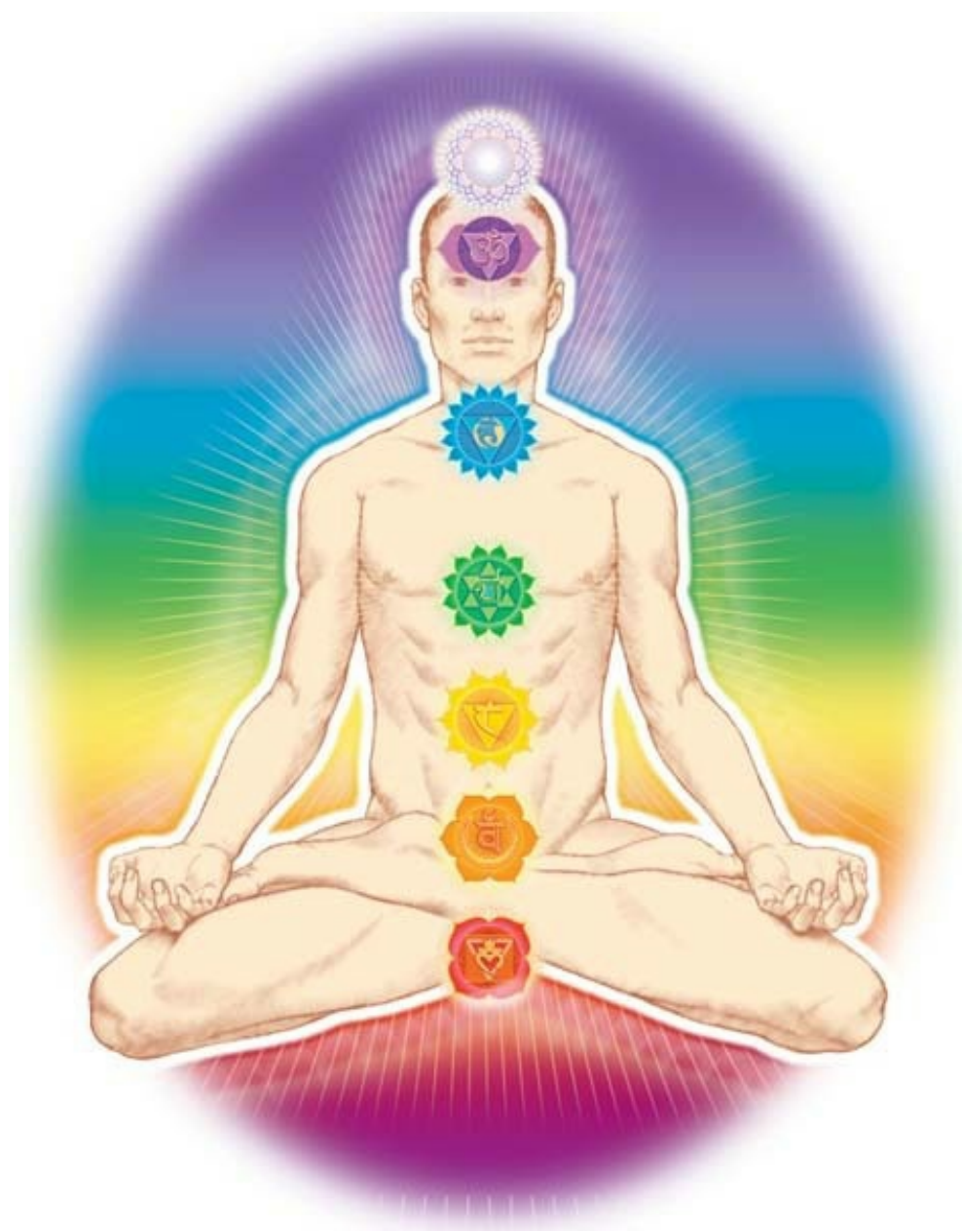
LES CYCLES DU QI : L'HORLOGE BIOLOGIQUE

Le qi parcourt chaque méridien en un cycle de deux heures, comme le montre cette horloge biologique. Pendant deux heures, chaque méridien atteint son fonctionnement optimal. Les méridiens des pôles sont distants de deux heures. Ces frères et sœurs méridiens sont semblables et pourtant différents. Par exemple, les méridiens de la Rate et du Triple Réchauffeur, bien qu'opposés, régulent tous deux le système immunitaire et sont des courants rayonnants. L'un, cependant, est yin et l'autre yang. Si l'un est insuffisamment chargé, l'autre l'est trop ; l'un affecte donc l'autre. Vous remarquerez également qu'ils sont exactement opposés l'un à l'autre à leur heure maximale. Le méridien de la Rate est le plus actif entre 9 h et 11 h ; le Triple Réchauffeur, son opposé, est le plus actif entre 21 h et 23 h.

LES CANAUX DE VENT

Dans le système thérapeutique maya, certains praticiens comparent les méridiens à des « canaux de vent », et pensent que la plupart des points clés du système chinois correspondent à ceux du système maya²⁹¹.

Comme nous l'avons vu, les cultures asiatiques ont fait usage d'une médecine des énergies subtiles pendant des milliers d'années, leurs théories appuyées par des applications pratiques et des résultats vérifiables dans la vie réelle. Leur acharnement est à présent salué par la recherche empirique, qui transforme progressivement la nature subtile du système en une science plus mesurable – bien que le mystère et l'art des pratiques basées sur les canaux perdurent encore. L'étude des canaux d'énergie ouvre la voie à un autre domaine d'étude, celui des corps énergétiques. Nous nous tournons maintenant vers la cinquième partie, « Les corps énergétiques : les chakras et autres "interrupteurs" », pour achever notre périple à travers l'anatomie subtile.



LES CORPS ÉNERGÉTIQUES

Les chakras et autres « interrupteurs »

Imaginez que l'on vous prête une paire de lunettes, au travers desquelles vous pouvez percevoir les actions des atomes, le mouvement des quanta et le flux de votre conscience. Vous pouvez y contempler la totalité de l'Univers – en vous.

Les cultures antiques – telles que les cultures védique, égyptienne, tibétaine, juive, chinoise et maya – avaient compris que chacun de nous est un reflet, un microcosme de l'Univers plus vaste. Comme il est dit dans *La Table d'Émeraude*, ancien ouvrage d'alchimie :

*Ce qui est en bas est comme ce qui est en haut, et ce qui est en haut est comme ce qui est en bas*²⁹³.

Nous pouvons en dire de même de nos systèmes énergétiques personnels. Notre système subtil imite l'univers extérieur. Notre moi physique reflète le subtil. Ces deux moi nous unissent à l'univers supérieur.

Dans la cinquième partie, nous examinerons les organes énergétiques essentiels de notre système d'énergie subtile, en commençant par les chakras. Ce sont les centres de force qui véhiculent le « vous en vous ». Chacun de ces chakras est associé à une couche particulière du champ aurique (voir troisième partie), concentrations lumineuses qui régulent le « vous à l'extérieur de vous ». Bien que les chakras interagissent avec les méridiens énergétiques du corps, ils collaborent davantage avec les *nadis*, ces conduits qui répartissent l'énergie vitale (appelée *prana*) à travers le corps. Parce qu'il existe un lien vital entre les chakras, d'autres corps énergétiques et les nadis, nous explorerons les nadis en profondeur.

Nous nous aventurerons également dans les systèmes chakriques de différents peuples, pays et époques, en explorant les méthodes anciennes et modernes afin de mieux comprendre notre moi énergétique par la connaissance des chakras. Une partie du voyage prévoit la visite d'autres corps énergétiques – tels que les *corps éthérique, astral* et *causal* et les *sephiroth* juifs – ainsi que de divers plans d'existence et processus d'activité, dont la pratique mystique hindoue de la *kundalini*. Nous étudierons plusieurs systèmes chakriques, principalement pour insister sur le fait qu'il n'existe pas de « bon » ni de « mauvais » système de corps énergétiques. Le système hindou à lui seul énonce entre quatre et douze chakras – parfois même davantage. Nous vous encourageons à pousser plus loin les recherches sur l'un ou sur l'ensemble des systèmes présentés ici pour en tirer vos propres conclusions et développer votre protocole personnel.

En étudiant ce sujet, nous ne définirons et n'examinerons pas seulement le « moi en moi », les corps énergétiques qui élaborent notre réalité physique, mais aussi le cosmos qu'abrite le moi. La connaissance des chakras est aussi vieille que l'humanité – et peut-être même davantage. Elle est peut-être plus ancienne encore que l'« Ein Sof » de la Kabbale juive, la lumière originelle.

LES CORPS ÉNERGÉTIQUES

Un organisme vivant compte d'innombrables corps énergétiques. À certains égards, chaque cellule et organe du corps est un corps énergétique. Chacun d'eux recueille de l'énergie. Chacun d'eux dissout, métabolise et diffuse de l'énergie. Chacun d'eux est actionné et supervisé par un ensemble complexe de fréquences et fournit des services qui équivalent à ceux des autres corps énergétiques. La différence majeure entre les *organes physiques* et les *organes d'énergie subtile* ne tient qu'à ce que leur nom sous-entend. Les organes physiques ne traitent que l'énergie physique, tandis que les organes d'énergie subtile gèrent l'énergie subtile *et* l'énergie brute ou physique. La tradition hindoue, considérée habituellement comme la racine principale de la connaissance du corps énergétique, soutient l'existence de deux types d'énergie. Ce sont :

L'énergie brute : l'énergie matérielle, également appelée le *saguna*, ou énergie « avec attributs » ;

L'énergie subtile : l'énergie « extra-matérielle », également appelée le *nirguna*, ou énergie « sans attributs ».

L'énergie brute est de l'énergie inconsciente, tandis que l'énergie subtile est consciente. Les corps d'énergie subtile sont capables de transmuter un type d'énergie en un autre, chacun des centres énergétiques exerçant une fonction qui lui est propre au sein de la structure anatomique du système énergétique du corps. De cette manière, les centres relient entre elles différentes parties du corps, le corps au cosmos, et chaque aspect du corps à un autre – physique, émotionnel, mental et spirituel.

LES CENTRES D'ÉNERGIE CLÉS : LES CHAKRAS

Les chakras constituent la clé du système. Également appelés *centres d'énergie* ou *organes énergétiques*, ils brassent autant les énergies physiques que subtiles, en transformant l'une en l'autre et inversement. L'on compte la présence de dizaines (voire des centaines) de centres et de processus, mais l'on s'accorde le plus souvent sur le fait que les chakras représentent l'aspect dominant.

Le système hindou, largement décrit dans cette section, comporte à lui seul des douzaines de variantes, dont le tantra et le yoga. Chaque variante nous livre « la » vérité. Si, dans une tradition, il existe quatre chakras, dans une autre pratique, ils sont au nombre de onze. La couleur, les sons, la position et les rôles précis des chakras diffèrent, même si ces derniers relèvent dans l'ensemble de la même tradition culturelle. Nous examinerons les versions les plus communément admises, avec leur graphies et définitions les plus courantes (occidentales), ainsi que les systèmes du monde entier. Sachez que chaque culture a apposé une griffe unique à sa tradition chakrique. Peu de systèmes énergétiques sont identiques ; le mot chakra et les concepts qui lui sont associés pourraient avoir une

signification légèrement différente pour un chaman africain que pour un médecin de tradition chinoise. Nous vous renvoyons à la *figure 5.8* pour le système des sept chakras, qui est utilisé le plus fréquemment par les médecins ésotériques.

APERÇU : QU'EST-CE QU'UN CHAKRA ?

Que sont les chakras et que réalisent-ils pour nous ? Les anciennes traditions ont pris soin de transmettre la « chakralogie » de génération en génération. Explorons ensemble les idées les plus communément admises sur les chakras, d'un point de vue historique et scientifique, avant d'aborder quelques variantes du système chakrique. Il existe maintes définitions du chakra, mais elles émanent toutes de l'acception sanscrite du mot : « roue de lumière ». La plupart des autorités s'accordent sur le fait que les chakras sont des centres d'énergie subtile qui se situent aux embranchements principaux du système nerveux. Ils servent de centres de collecte et de transmission de l'énergie subtile ou métaphysique et de l'énergie concrète ou physique. L'on envisage les chakras comme étant circulaires ou, lorsqu'ils émergent du corps, des vortex de forme conique. D'après diverses sources sanscrites, un cercle comporte de nombreuses significations. Il décrit, par exemple, une rotation de la *shakti* ou énergie vitale féminine, évoque les *yantras* (symboles mystiques) qui régissent la réalité, et renvoie aux différents centres nerveux du corps²⁹⁴. Ces analyses du mot se réduisent entre autres à une définition toute simple du terme *chakra* :

Un chakra est un corps énergétique de forme circulaire qui gère l'énergie vitale en vue d'un bien-être physique et spirituel.

Les systèmes chakriques diffèrent en regard à la position des chakras, leur fonction physique, leur nombre et d'autres détails. Voici quelques-uns des systèmes les plus communément reconnus.

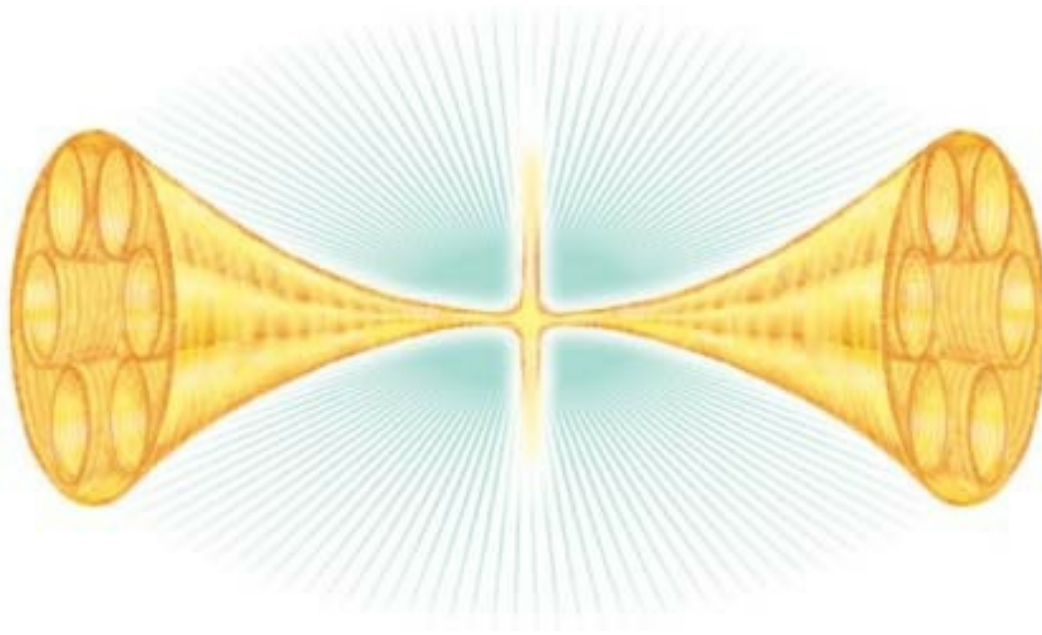


FIGURE 5.1

ANATOMIE D'UN CHAKRA

Chaque chakra peut être perçu comme une paire de vortex coniques émanant des parties antérieure et postérieure du corps. Ces vortex régulent de concert nos réalités conscientes et inconscientes, les énergies psychiques et sensorielles, et notre moi subtil et physique.

LE MODÈLE CHAKRIQUE HINDOU

Pour les Hindous, les chakras relèvent de l'anatomie ésotérique. Ils sont intimement liés aux nadis, canaux semblables aux méridiens qui véhiculent l'énergie à travers le corps. Certains textes anciens énoncent quatre chakras accompagnés d'un cinquième, métaphysique. D'autres saintes écritures dénombrent cinq, six, sept chakras ou plus. Ce système se fonde sur le principe que les chakras interagissent avec d'autres corps énergétiques pour faciliter l'ascension de la kundalini, sorte d'énergie vitale qui invite à l'union avec le divin.

LE MODÈLE CHAKRIQUE TANTRIQUE

Dans ce système, les chakras (souvent au nombre de huit) sont des émanations de la conscience de Brahman, le divin. Cette énergie supérieure descend des royaumes spirituels, en parcourant des niveaux de fréquence de plus en plus bas, jusqu'à venir finalement se reposer à la base de la colonne vertébrale en tant que kundalini, un serpent assoupi. Sur son parcours, les différents types de conscience sont conservés dans divers chakras, corps énergétiques qui se situent le long de la colonne. Chaque chakra représente un niveau différent de conscience. Par le yoga, une personne réveille l'énergie de la kundalini pour que celle-ci puisse gagner les chakras supérieurs et ramener ainsi la personne à son état le plus évolué. En d'autres mots, les chakras représentent la voie qui mène à l'illumination.

LE MODÈLE CHAKRIQUE TRADITIONNEL CHINOIS

Pour le modèle chinois, le qi ou énergie vitale circule dans les méridiens et non dans les nadis, mais ce modèle et le système hindou partagent de nombreuses similitudes. Comme dans le modèle principal hindou, les chakras sont situés dans les zones cérébrospinales. Ils participent du processus d'évolution vers l'union avec la déité. Six à huit chakras interviennent, selon les systèmes.

UNE VISION OCCIDENTALE DES CHAKRAS

Arthur Avalon est une autorité occidentale largement reconnue en ce qui concerne la version des chakras adoptée par le yoga tantrique (ou yoga kundalini). Avalon les conçoit comme des sièges de la conscience, au nombre de sept (ou six accompagnés d'un chakra supplémentaire). Il les appelle également les *lotus* ou *padma* du corps. Avalon considère les chakras comme des centres subtils plutôt que physiques, parce qu'il les positionne au sein du nadi central, les nadis servant de système de canalisation de l'énergie subtile. Contrairement à d'autres Occidentaux, Avalon n'envisage pas les chakras comme faisant partie du système nerveux en tant que tel, étant donné que les couches de la moelle épinière les séparent du corps. Le but visé est de réveiller la kundalini ou la force du serpent, qui sommeille sous une forme féminine à la base du système chakrique, pour qu'il puisse s'élever et « percer » les chakras supérieurs. Une fois que la kundalini gagne le sommet, l'aspirant est libéré du cycle éternel de la mort et de la réincarnation ; il est « éveillé »²⁹⁵.

Les dérivés modernes des systèmes chakriques mettent généralement en évidence sept chakras qui se succèdent le long de la colonne vertébrale, de la zone du coccyx au sommet de la tête. On les associe souvent à un aspect de la conscience ou à un thème majeur ; à une couleur ; à un élément ; à un son ; à un lotus (au nombre différent de pétales) ; et aux interactions avec les aspects physiques, émotionnels, mentaux et spirituels de l'être humain. Chaque chakra est aussi fréquemment rattaché à une glande du système endocrinien et à un nexus du système nerveux (plexus ou ganglion). Presque tous les systèmes chakriques culturels considèrent les chakras comme un élément essentiel du

processus d'illumination ou de spiritualisation.

La plupart des systèmes situent les chakras aux mêmes positions fondamentales :

premier chakra	aine
deuxième chakra	abdomen
troisième chakra	plexus solaire
quatrième chakra	cœur
cinquième chakra	gorge
sixième chakra	front
septième chakra	sommet de la tête

Quelques systèmes chakriques placent le septième chakra sur la tête plutôt qu'au-dessus d'elle. C. W. Leadbeater, qui écrivit sur les chakras dans les années 1930, positionna le deuxième chakra près de la rate, légèrement plus haut que le troisième chakra, qui est situé au niveau du nombril. Il décala également le chakra du cœur vers la gauche.

Mon analyse personnelle définit les sept chakras principaux ainsi que cinq chakras supplémentaires couvrant l'ensemble du système énergétique du corps – mais ces cinq derniers chakras ne font pas partie du corps physique. D'autres professionnels ésotériques, dont Barbara Ann Brennan, auteur du *Pouvoir bénéfique des mains*, énoncent la présence d'un huitième et d'un neuvième chakra au-dessus de la tête²⁹⁶. Katrina Raphaell, auteur de *The Crystalline Transmission*, décrit un système à douze chakras, comprenant un autre chakra au sommet de la tête, deux chakras extérieurs au corps au-dessus de la tête, un autre chakra interne sous le cœur et au-dessus du plexus solaire, et, enfin, un dernier chakra extérieur au corps sous les pieds²⁹⁷. Cependant, la plupart des sources s'accordent en général sur les sept premiers chakras.

Les chercheurs en technologies de l'énergie subtile, ainsi que ceux issus de la communauté médicale, font évoluer notre compréhension des chakras. Une définition synthétisée des chakras d'un point de vue scientifique pourrait être celle-ci : *Les chakras sont des transformateurs d'énergie, capables de déplacer l'énergie d'une vibration supérieure à une vibration inférieure, et inversement.*

À cet égard, les chakras interagissent avec le flux d'énergies subtiles via des canaux énergétiques spécifiques pour affecter le corps au niveau cellulaire, comme le reflètent les niveaux hormonaux et physiologiques du corps physique.

Quels sont ces étonnantes « roues de lumière » ? Comment sont-elles devenues si populaires, en transcendant les âges et les cultures ? Examinons brièvement l'histoire du système chakrique humain avant d'aborder les théories scientifiques qu'il recouvre.

L'HISTOIRE DE LA CONNAISSANCE DES CHAKRAS

Au fil du temps, des cultures diverses et très répandues ont compris qu'une personne ne se compose pas seulement de matière concrète. Nous sommes faits de vibrations : des fréquences qui interagissent et réagissent parfois au monde extérieur. Nos ancêtres savaient ce qu'Einstein n'a affirmé que récemment : on ne peut détruire l'énergie, elle peut seulement changer de forme. Nous

pourrions dès lors nous représenter nos ancêtres comme portant des « lunettes de visionnaire ». À travers le verre optique de l'intuition, ils étaient capables de décrire et de travailler avec les corps énergétiques qui pouvaient changer la matière brute (physique) en énergie subtile, et l'énergie subtile en matière brute. Les chakras jouaient clairement un rôle central dans ce processus de conversion.

De nombreux chercheurs pensent que le système chakrique naquit en Inde il y a plus de quatre mille ans, sous la forme d'une classification de l'*anatomie ésotérique*, d'un aperçu des divers corps et canaux énergétiques subtils qui affectent le corps humain. Sa connaissance descend de la philosophie du Vedanta, énoncée dans les *Upanishads* vers 800 av. J.-C. *Vedanta* signifie « la fin des Védas » et renvoie au nom des quatre textes sacrés hindous datant de 1500 av. J.-C. Ces textes sont connus sous le nom de *Tantras*. De manière générale, le système chakrique se divise en deux sections : védique et tantrique (à présent actives au sein de la médecine ayurvédique et du yoga tantrique, par exemple).

Le terme *tantra* dérive de deux mots : *tanoti* ou l'expansion ; et *trayati* ou la libération. Le tantra invite par conséquent à l'« expansion de la connaissance qui libère ». Le tantra est une pratique de vie fondée sur des enseignements traitant des chakras, de la kundalini, du hatha yoga, d'astronomie, d'astrologie et du culte de nombreux dieux et déesses hindous. Le yoga tantrique naît en Inde pré-aryenne, vers 3000 à 2500 av. J.-C. Maintes autres variantes du yoga ou de la spiritualité tantrique relèvent de lui, dont le bouddhisme tantrique. Chaque système dérivé du yoga tantrique possède sa propre conception des chakras et des dieux, de la cosmologie et des symboles qui leur sont associés.

L'histoire des chakras, aussi complexe qu'elle puisse sembler, est encore bien plus compliquée. Le système chakrique est indissociable de – et peut-être même créé par – plusieurs cultures différentes. Bien que généralement associé à l'Inde, le yoga tantrique était également pratiqué par les Dravidiens, originaires d'Éthiopie, comme le révèlent les nombreuses similitudes entre les pratiques africaines et de l'Égypte pré-dynastique et les anciennes croyances tantriques indiennes²⁹⁸. Par exemple, nombre de déités hindoues puisent leurs racines dans « les civilisations noires de l'Inde, ce qui explique pourquoi elles sont souvent représentées comme étant de race noire²⁹⁹ ». Certains historiens nous signalent que les premiers Égyptiens étaient grandement affectés par les croyances africaines³⁰⁰, et influencèrent à leur tour la pensée grecque, juive et, plus tard, islamique et chrétienne, outre l'indienne hindoue³⁰¹.

D'autres cultures s'échangèrent également leur conception des chakras. De nombreuses pratiques des premiers Esséniens, une communauté spiritualo-religieuse établie en Palestine du II^e siècle av. J.-C. au II^e siècle ap. J.-C., rappellent celles de l'Inde ancienne³⁰². Les Soufis – mystiques islamiques – emploient également un système de centres énergétiques, bien qu'il en compte quatre³⁰³. Les Soufis empruntèrent également le processus de la kundalini au yoga tantrique, comme le firent certains peuples indiens et amérindiens³⁰⁴.

Comme nous le verrons, les Mayas du Mexique, les Incas du Pérou et les Cherokees d'Amérique du Nord disposent de leur propre méthode chakrique. Les Mayas pensent qu'ils ont en réalité enseigné aux Hindous le système chakrique. Le système chakrique fut amené en Occident en décrivant encore une autre boucle. Il fut d'abord minutieusement exposé dans le texte *Sat-Chakra-Nirupana*, rédigé par un yogi indien au XVI^e siècle. Arthur Avalon transmet ensuite la connaissance des chakras à la culture occidentale dans son livre *La Puissance du serpent*, publié pour la première fois en 1919. Avalon puisa largement dans le *Sat-Chakra-Nirupana* ainsi que dans un autre texte, le *Pakaka-Pancaka*. Sa contribution fut précédée par la *Theosophia Practica*, un ouvrage rédigé en 1696 par

Johann Georg Gichtel, disciple de Jakob Bohme, qui fait référence à des centres de force intérieurs s'alignant sur les doctrines chakriques orientales³⁰⁵.

À l'heure actuelle, de nombreux professionnels ésotériques s'en remettent à l'interprétation qu'offre Anodea Judith des travaux d'Avalon, qu'elle a enrichi d'informations supplémentaires sur les aspects psychologiques des chakras³⁰⁶.

Pétris d'histoire, inscrits dans les traditions spirituelles du monde, les chakras occupent à présent le premier rang d'une autre discipline : la science.

LA KUNDALINI, LA FORCE UNIFICATRICE

Le système hindou compte de nombreux corps et canaux énergétiques. Vous aborderez un bon nombre d'entre eux en explorant cette section. Ce sont les chakras et les nadis ; les trois corps d'incarnation ; et les cinq *koshas* ou corps subtils. En outre, il existe une puissance, une force – une conscience – qui réunit ces domaines indépendants.

Le récit de la kundalini est une histoire de dieux – les divinités qui résident en chacun de nous. Il relate la fusion de nos énergies internes féminine et masculine et leur transcendance. C'est un conte hindou vieux de quatre mille ans.

Il était une fois une conscience unique qui unifiait toute chose. Cette conscience abritait deux êtres : Shiva, la conscience suprême infinie, et Shakti, la conscience suprême éternelle. Shiva représente le temps, Shakti l'espace. On retrouve là le yang de la médecine orientale, sous la forme du personnage de Shiva, et le yin figuré par Shakti.

Ces deux êtres se séparèrent, créant une distinction entre la matière et la conscience dans l'Univers – et en ses enfants, parmi lesquels les êtres humains. Shakti réside en nous tous, enroulée autour de notre chakra racine sous l'aspect d'un serpent. Sous cette forme, elle est la *Kundalini Shakti*, la « force au repos »³⁰⁷. Elle ne devient manifeste, par ailleurs, que lorsqu'elle se déplace – et c'est là son but ultime, s'élever à travers la densité du corps jusqu'à pouvoir rejoindre son grand amour, Shiva, qui demeure au septième chakra. Réunis, ils créent par la conscience suprême.

Shakti n'est pas seulement un être éthérique. Elle est perçue comme la cause du prana ou force vitale. Elle possède un son et une forme ; elle est composée de lettres de l'alphabet ou *mantras*. Lorsque Shiva et Shakti se rejoignent, ils créent le *nada* (son pur cosmique) et le *maha bindu* (la vérité suprême qui sous-tend toute manifestation). Que cela signifie-t-il pour l'initié qui fusionne ces deux êtres – ou ces deux parties de lui-même ? Il en ressort libéré des limites du corps physique. Ses pouvoirs innés – facultés mystiques, magiques – s'éveillent. En outre, l'âme est délivrée de la roue de la vie lui imposant la réincarnation.

La science nous conte une histoire semblable, en s'exprimant de manière différente. Selon de récentes études, le monde entier peut se résumer à la fréquence et à la vibration. Comme nous l'avons vu dans la troisième partie, nous sommes tous composés de champs-L et de champs-T qui forment des fréquences unifiées. Nous sommes tous faits de « masculin » et de « féminin », d'électricité et de magnétisme. Si nous pouvons atteindre l'équilibre et la fusion des deux, il y a dès lors harmonie, et à travers elle, guérison. Suivre la voie de la kundalini ne consiste pas seulement à parvenir à un état d'esprit éveillé. Il s'agit de guérir le mental, l'âme et l'esprit – ainsi que le corps.

Comment la kundalini fonctionne-t-elle ? Elle fait intervenir les énergies que vous étudierez dans cette section :

Les chakras : les énergies lumineuses circulaires qui régulent le corps physique et attendent leur activation spirituelle ;

Les nadis : courants ou canaux d'énergie subtile qui interagissent avec les chakras et le corps physique. Ils véhiculent le prana, ou énergie subtile, en vue de purifier le corps physique et d'inviter la kundalini à gravir les chakras. En termes scientifiques, on peut les considérer comme des lignes de force et mouvement (voir « Les nadis : canaux d'énergie » à la page 253). Les principaux nadis concernés par l'ascension de la kundalini sont le *Sushumna*, ou nadi central, de la colonne vertébrale ; l'*Ida*, situé du côté gauche de la colonne et représentant l'énergie féminine ; et le *Pingala*, placé du côté droit de la colonne et évoquant l'énergie masculine. Lorsque la kundalini monte au Sushumna, l'*Ida* et le *Pingala* – enroulés autour des sept chakras nucléiques – activent les chakras et entraînent l'ascension continue de la kundalini ;

Les koshas : gaines d'énergie qui limitent l'esprit et le moi essentiel. Ces cinq voiles se soulèvent à mesure qu'un initié évolue sur le plan physique, mental, spirituel et énergétique ;

Les corps d'énergie subtile : les trois corps énergétiques fondamentaux qui renferment les dimensions humaines et spirituelles.

LE PROCESSUS DE LA KUNDALINI

Vous trouverez ci-après une version abrégée du processus de la kundalini :

Pré-ascension : l'initié éprouve toutes les vicissitudes de la vie, telles que l'absence de contrôle sur son existence physique quotidienne. Stade représenté par le serpent de la kundalini, Shakti, enroulé à la base de la colonne vertébrale dans l'espoir d'être activé, et par l'énergie de Shiva, attendant au septième chakra sa partenaire perdue ;

Développement : en progressant d'un niveau de kosha à un autre, l'initié favorise l'activation des nadis, l'ouverture des chakras et l'activation éventuelle de la kundalini Shakti au premier chakra. Cette évolution passe par la purification du corps, l'apprentissage et la guérison du corps, du mental et de l'âme ;

Ascension de la kundalini : lorsque la kundalini gagne le Sushumna, les chakras sont activés, chacun à leur tour, par les trois nadis principaux : le Sushumna central et l'*Ida* et le *Pingala* latéraux. Cela mène à une compréhension et à une santé accrues dans les régions régies par chaque chakra ;

Transformation : le septième chakra accueille l'énergie ascendante et Shakti et Shiva – le masculin et le féminin – s'unissent. De nombreux systèmes affirment que l'énergie réside dès lors dans le sixième chakra, où on peut encore plus la faire converger ;

L'activation des pouvoirs : certains systèmes énergétiques rapportent que, durant et grâce à ce processus, les *siddhi*, ou pouvoirs, deviennent actifs, en déployant apparemment des facultés magiques telles que l'invisibilité, la lévitation, le don de guérison et autres (voir « Les siddhi : pouvoirs relevant des corps subtils » à la page 264). Au cours du processus de transformation,

l'énergie matérielle du corps est altérée par la nature du prana, libérant l'initié des contraintes que lui imposent les lois physiques.

RENCONTRE DES PRINCIPES SCIENTIFIQUES ET DE LA THÉORIE DES CHAKRAS

Chaque chakra influence le corps selon des procédés physiques, émotionnels, mentaux et spirituels uniques. Et cela parce que chaque organe énergétique vibre à une fréquence qui lui est propre et effectue un mouvement rotatoire à une certaine vitesse.

Rappelez-vous de la définition de l'énergie sur laquelle nous avons travaillé : l'énergie est de l'information qui vibre. Par conséquent, l'information possède une vitesse et une fréquence. Des variations dans la vitesse et la fréquence modifient l'information dans chaque particule d'énergie.

L'information possédant une vitesse supérieure à celle de la lumière est reçue comme une énergie subtile et interprétée comme telle par le chakra. L'information qui se déplace à la vitesse de la lumière ou à une vitesse inférieure est reçue par le chakra comme étant sensorielle et exercera un impact sur la réalité physique. Un chakra peut accueillir et transformer les deux types d'énergie, les changeant en information utile à l'individu.

Un chakra vibre de l'intérieur du corps physique à l'extérieur, en rayonnant l'information à travers la peau. Il attire également l'information de l'extérieur dans le corps, en la transformant en vue de sa réception. Même les chakras extérieurs au corps se connectent au corps physique. Cette transmission d'énergie entrante et sortante sous-tend que les chakras ressemblent davantage à des bandes d'énergie ininterrompue, plutôt qu'aux vortex coniques par lesquels on les représente souvent.

Non seulement l'énergie chakrique s'écoule telle un fleuve sans fin, mais elle attire également d'autres énergies de l'Univers. Certaines d'entre elles interagissent pour former un microcosme du moi, comme le champ aurique – couches d'énergie qui entourent le corps humain – et d'autres canaux, corps et champs d'énergie qui circulent à l'intérieur et à l'extérieur du moi (ces derniers regroupent les nadis ainsi que les corps énergétiques secondaires, comme les corps causals et émotionnels).

Chaque chakra vibre à une fréquence différente. Plus elle est basse dans le corps, plus sa vibration est lente ; plus elle est élevée dans le corps, plus sa vibration est rapide. Les personnes réceptives à ces fréquences les perçoivent comme des lumières colorées. Les chakras internes au corps occupent la partie visible de la lumière, les plus bas atteignant la portion infrarouge du spectre lumineux et les chakras supérieurs du corps la portion ultraviolette.

Plus un chakra se situe dans la partie basse du corps, ou est en relation avec ce dernier, plus il est proche du spectre de lumière infrarouge. Plus un chakra se situe dans la partie supérieure du corps, plus il tend vers les fréquences de lumière ultraviolette. Le rouge est la première couleur visible que nous percevons après avoir dépassé la bande infrarouge et invisible de la lumière. On l'associe au premier chakra, dans l'aîne. Le violet est la dernière couleur que nous pouvons distinguer avant d'atteindre les fréquences ultraviolettes, et on l'associe au sixième chakra du front.

Cette illustration du spectre chromatique des chakras (*figure 5.3*) pose question quant à la visibilité des chakras. L'une des interrogations principales est la suivante : si les chakras existent et vibrent à ces fréquences chromatiques, pourquoi ne parvenons-nous pas à percevoir leurs couleurs avec nos yeux physiques ? Nos ondes cérébrales oscillent généralement entre 0 et 100 cycles par seconde (ou Hz) (voir, ci-après, l'étude de Valerie Hunt dans *La Recherche scientifique*). Les chakras vibrent dans une bande comprise entre 100 et 1 600 Hz. Cela signifie que nos cerveaux ne sont tout simplement pas exercés à percevoir les oscillations ou fréquences supérieures, comme celles que régulent les chakras.

Les personnes intuitives ont cependant, au cours des âges, distingué six, voire sept chakras. Les six chakras principaux possèdent des fréquences liées au spectre physiquement visible (rouge, orange, jaune, vert, bleu et violet). L'intuition ne décèle souvent que ce que le cerveau lui permet de percevoir. Si le cerveau déclare qu'il « ne peut pas percevoir les infrarouges ou ultraviolets », notre intuition ne distinguera pas les couleurs – ou chakras – des spectres inférieurs ou supérieurs. Cela pourrait expliquer pourquoi un si grand nombre de praticiens ésotériques situent le septième chakra, à la fréquence de la lumière blanche, au-dessus du corps humain plutôt qu'en dedans. Il est d'un autre monde ou hors de la norme. Cela pourrait également expliquer pourquoi certains individus aux facultés psychiques perçoivent les chakras en dessous ou en dessus du corps. Ils auraient tout simplement la faculté de distinguer des « nuances de gris » que les autres ne peuvent pas déceler.

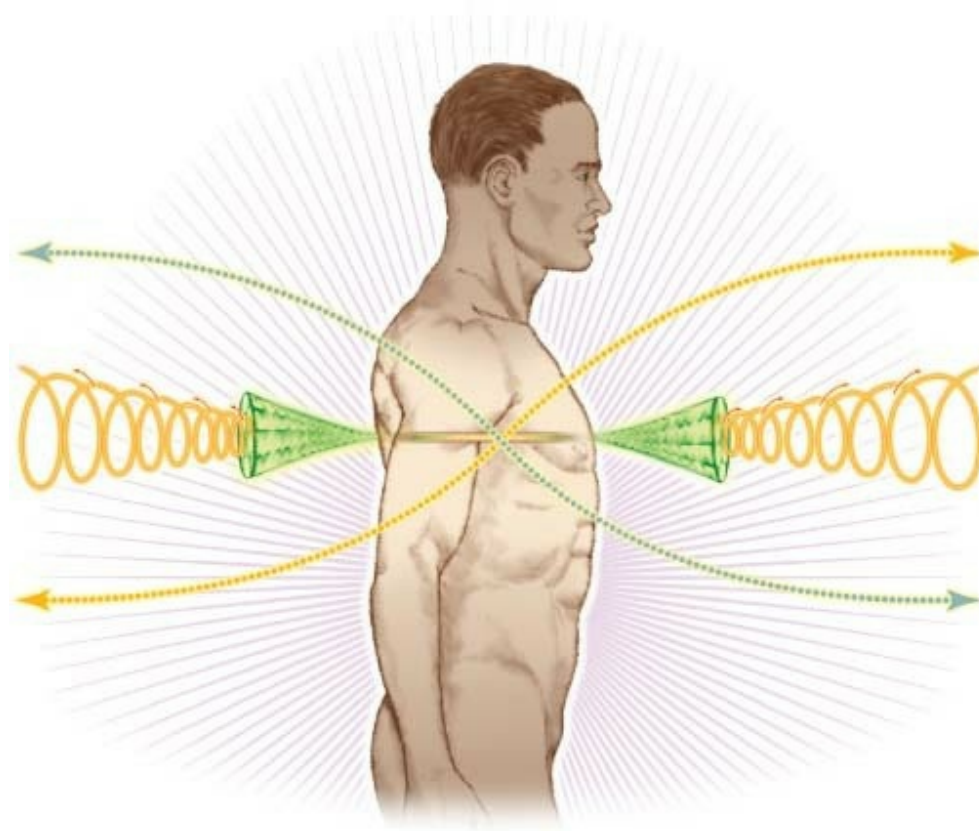


FIGURE 5.2
LES CHAKRAS EN TANT QU'ONDES

Traditionnellement, les chakras sont décrits comme des « roues de lumière » : des vortex d'énergie rotatoire qui émanent de la colonne vertébrale. D'un point de vue psychique, on les considère plus souvent comme des bandes d'ondes vaguement liées qui véhiculent l'information dans et hors du corps.

LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE

D'importantes recherches confirment l'existence des chakras, le Dr Valerie Hunt faisant office de

pionnière en la matière. Pendant ces vingt dernières années, Hunt, professeur de kinésiologie (l'étude du mouvement humain) à l'Université de Californie à Los Angeles, a mesuré la transmission électromagnétique humaine sous différentes conditions. En utilisant un électromyographe, instrument qui mesure l'activité électrique des muscles, Hunt a détecté qu'un rayonnement émanait du corps physique à des endroits habituellement associés aux chakras. De plus, elle a découvert que certains niveaux de conscience étaient liés à des fréquences particulières³⁰⁸.

Quand les sujets de ses études pensaient à des situations de la vie quotidienne, leurs champs énergétiques affichaient des fréquences de l'ordre de 250 Hz. Il s'agit là de la même fréquence que celle du cœur. Lorsque Hunt testait les champs énergétiques d'individus aux facultés psychiques sur l'électromyographe, leur fréquence se situait dans une bande comprise entre 400 et 800 Hz. Les spécialistes de la transe et les médiums se positionnaient dans une bande comprise entre 800 et 900 Hz, et les mystiques, connectés en permanence à leur moi supérieur, présentaient un champ énergétique, ou corps éthérique, supérieur à 900 Hz.

Les découvertes de Hunt faisaient écho à la connaissance traditionnelle des chakras : les chakras peuvent constituer des tremplins vers l'illumination, chacun d'eux favorisant un éveil spirituel différent et augmentant la fréquence du corps subtil. En fait, le fabricant de l'appareil l'avait adapté afin qu'il puisse mesurer des fréquences supérieures, et il s'est avéré que le champ d'énergie subtile d'un mystique présentait une fréquence approximative de 200 000 Hz³⁰⁹.

Hunt décela également des changements dans la couleur émanant des points chakriques lorsque les sujets étaient soumis au Rolfing, comme elle l'énonce dans un essai coécrit avec le Dr Wayne Massey et d'autres³¹⁰. Le Rolfing est un type de massage visant l'intégration structurale par des techniques de manipulation du système myofascial. Lorsqu'un sujet était soumis au Rolfing, la mesure était effectuée avec un analyseur de Fourier et un analyseur fréquentiel sonographique. Pendant que les sujets étaient contrôlés par une machine, la célèbre thérapeute Rosalyn L. Bruyere enregistrerait les couleurs qu'elle percevait intuitivement.

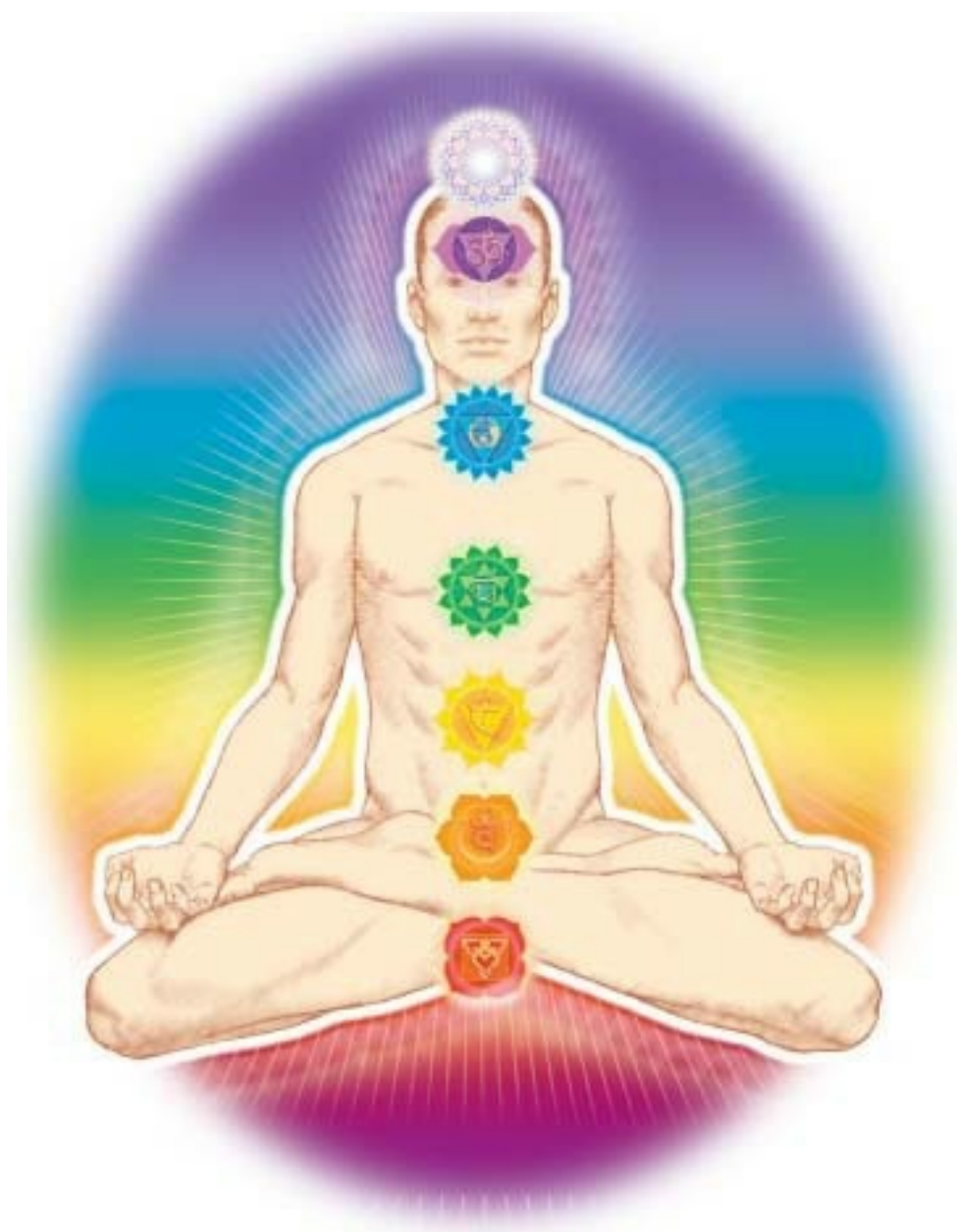


FIGURE 5.3
LES CHAKRAS SUR LE SPECTRE ÉLECTROMAGNÉTIQUE

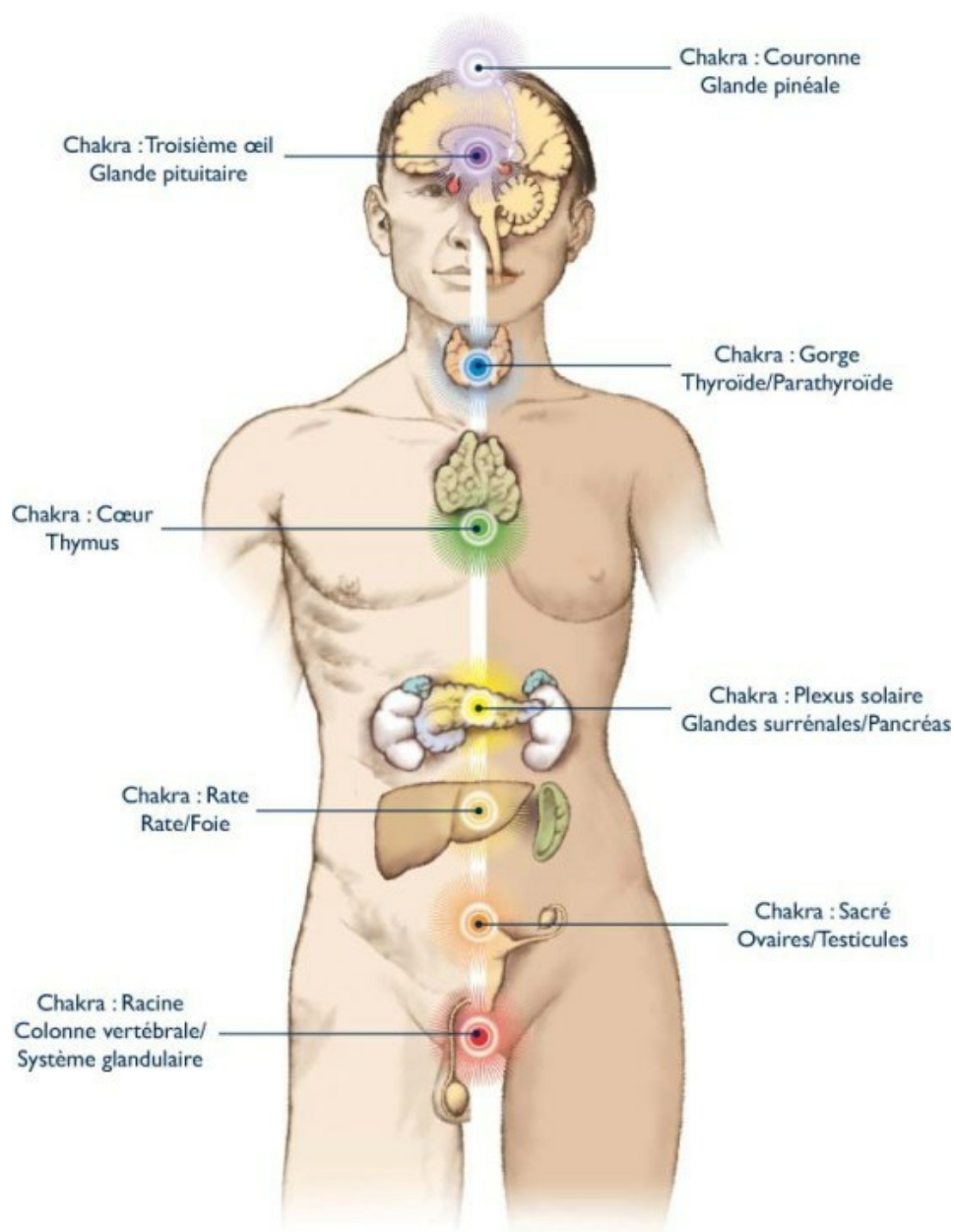


FIGURE 5.4
LES CHAKRAS ET LE SYSTÈME ENDOCRINIEN

Les fréquences enregistrées étaient mesurables par la couleur, mais également par le son. Les intuitions de Bruyere et l'appareil d'enregistrement de la fréquence décelèrent tous deux les mêmes changements de couleur, d'un chakra à l'autre. Les couleurs s'avéraient être les mêmes que celles dont parle la littérature métaphysique : le chakra racine, ou premier chakra, était rouge ; le chakra « hypogastrique » ou deuxième chakra était orange ; le chakra de la rate ou troisième chakra, jaune ; le chakra du cœur ou quatrième chakra, vert ; le chakra de la gorge ou cinquième chakra, bleu ; le chakra du troisième œil ou sixième chakra, violet ; et le chakra couronne ou septième chakra, blanc.

L'un des concepts de Hunt est que, d'un point de vue quantique, le corps est davantage qu'un conglomerat de systèmes (tels que le système endocrinien, neuromusculaire ou cardiovasculaire). Tous les systèmes et tissus doivent au contraire leur structure à l'énergie : en particulier, la bioénergie. Cette étude suggère l'existence des chakras et les reconnaît comme étant liés aux natures physique, émotionnelle et énergétique de notre être.

Une autre étude encore, menée sur une extralucide, Dora van Gelder Kunz, suggère l'existence des chakras. L'on avait demandé à M^{me} Kunz d'observer deux cents personnes souffrant de divers maux

et de décrire leur maladie en termes d'altérations survenant au niveau des chakras et des corps non physiques³¹¹. Le Dr Shafica Karagulla, chercheuse et auteur du livre *The Chakras and Human Energy Fields*, a comparé les interprétations de Kunz avec des diagnostics médicaux standards. Les chercheurs ont découvert que les maladies altéraient le comportement des chakras et des corps non physiques en termes de couleur, de luminosité, de rythme, de vitesse, de taille, de forme, d'élasticité et de texture.

L'un des résultats passionnants de ces recherches était l'étroite corrélation entre les chakras et les glandes endocrines. Les chercheurs ont découvert qu'un problème au niveau d'une glande particulière se répercutait sur le chakra. Si la glande pinéale était perturbée, par exemple, il en allait de même du chakra couronne. La *figure 5.4* représente cette corrélation.

Comme il apparaît dans cette illustration, les chercheurs ont découvert huit chakras principaux, en ajoutant la rate aux sept chakras plus traditionnels. Ils ont également décelé l'existence de chakras mineurs dans les paumes des mains et les plantes des pieds.

Le Dr Hiroshi Motoyama, scientifique et prêtre shintoïste, a également enquêté sur la science des chakras. Il a mené de nombreuses études d'analyse du système énergétique, nombre d'entre elles constituant la base de ses vingt ouvrages et plus. Le Dr Motoyama a inventé un dispositif permettant de détecter d'infimes changements électriques, magnétiques et optiques dans l'environnement d'un sujet. On l'appelle l'appareil de mesure des méridiens et des organes internes correspondants ou AMI. Au cours d'une expérience, Motoyama a découvert qu'une activité accrue dans la région du chakra du cœur produisait une lumière physique faible, mais mesurable. Il a demandé à des sujets d'appuyer sur un bouton dès qu'ils pensaient faire l'expérience d'une énergie psychique ou éprouver des sensations psychiques telles que des ressentis, des visions ou des sons inexplicables. Ces sentiments intérieurs correspondaient aux périodes d'activité cardiaque mesurées de manière objective. Des expériences similaires à celles-ci ont amené Motoyama à la conclusion que se concentrer mentalement sur un chakra constitue la clé pour l'activer.

Le Dr Motoyama a déduit de ces études et d'autres que certains individus peuvent projeter leur énergie vers les chakras, une affirmation confirmée par Itzhak Bentov, chercheur dans le domaine des modifications physiologiques liées à la méditation. Bentov a reproduit les découvertes de Motoyama concernant l'émission par les chakras d'énergie électrostatique³¹².

Le Dr Motoyama suggère que les chakras sont représentés, dans le système nerveux central, par le cerveau et les plexus nerveux, ainsi que dans les points d'acupuncture des méridiens. Bien que les chakras soient séparés du système nerveux central et des méridiens, Motoyama les considère comme étant superposés à ces deux autres systèmes, plutôt qu'occupant le même espace physique³¹³.

Comme l'explique le Dr Motoyama, les chakras alimentent le corps physique en énergie extérieure via le système des nadis, un circuit qui diffuse l'énergie subtile à travers le corps. Motoyama affirme que le « nadi brut » est semblable au système des méridiens, et qu'ensemble ils représentent un « système physique mais invisible de contrôle physiologique » situé « dans le tissu conjonctif »³¹⁴.

Il s'agit là de quelques-uns des moyens par lesquels la science embrasse l'ancienne sagesse. Nous commençons à prendre conscience que toutes les cosmologies – terrestre, physique et mystique – pourraient très bien ne faire qu'une.

LES SYSTÈMES CHAKRIQUES DANS LE MONDE

La tradition occidentale attribue fréquemment le système chakrique aux Hindous. La vérité, c'est que des systèmes chakriques se sont perpétués dans tous les coins de la planète. Certains sont d'origine hindoue, d'autres semblent s'être développés spontanément, et d'autres encore, dont celui des Mayas, se revendiquent comme étant « la » source du système chakrique hindou.

LES SEPT CHAKRAS HINDOUS

Le mot *hindou* signifie « de l'Indus », le fleuve qui s'écoule de l'Himalaya tibétain, baigne l'actuel Pakistan et se jette dans la mer d'Arabie. Là, plusieurs cultures anciennes ont brassé les idées et concepts qui forment le système chakrique hindou d'aujourd'hui.

La philosophie hindoue considère les chakras comme des corps d'énergie subtile situés au niveau de la colonne vertébrale, tapis au cœur même du *nadi Sushumna*. On appelle ce dernier le *nadi Brahma*, le porteur de l'énergie spirituelle. Les nadis véhiculent l'énergie subtile à travers le corps et sont des adjuvants essentiels pour l'ascension de la kundalini, l'activation de l'énergie vitale au niveau du chakra le plus bas. Éveillée, cette énergie de la kundalini remonte la colonne vertébrale, l'échelle des chakras et se répand dans le corps, en favorisant l'illumination.

On considère le cœur du nadi Sushumna comme un corps d'énergie spirituel, et non un corps d'énergie physique ; on le définit donc souvent comme étant de nature subtile. Certains systèmes hindous relient cependant les chakras aux plexus nerveux physiques, qui se situent hors de la colonne vertébrale. Dans ces systèmes, les chakras sont autant physiques que subtils ainsi que les fondements de l'existence, du point de vue psychologique et physique.

LE DÉVELOPPEMENT DES CHAKRAS HINDOUS

Il existe de nombreuses théories sur le développement des chakras, l'ordre progressif naturel de leur ouverture. Le modèle tantrique le plus connu est le suivant :

Chakra	Âge du développement
Muladhara	1 à 8 ans
Svadhithana	8 à 14 ans
Manipura	14 à 21 ans
Anahata	21 à 28 ans
Vishuddha	28 à 35 ans

Il n'existe pas d'âge officiellement associé aux chakras Ajna et Sahasrara.

Les éléments

Chacun des cinq éléments fondamentaux hindous seconde les chakras inférieurs. Ces éléments alimentent et rendent service aux chakras et peuvent être représentés sous de nombreuses formes, notamment par des figures géométriques. Les deux chakras supérieurs travaillent avec des éléments supérieurs ou avec une synthèse des éléments inférieurs. L'Ajna renferme le *mahat*, ou « élément suprême », qui englobe trois aspects : le mental, l'intellect et la conscience intelligente du moi. Les éléments bruts des autres chakras relèvent de l'Élément suprême. Le Sahasrara est pure conscience ; son élément transcende par conséquent l'espace et le temps.

Le lotus

Comment pourrions-nous représenter plus joliment un chakra que par un lotus ? Chaque chakra est figuré par un lotus de couleur différente avec un nombre de pétales bien précis.

Les pétales sont des figures créées par la position des nadis, ou canaux, en un centre particulier et manifestées par le prana dans le corps vivant. Lorsque le *vayu* (souffle) se meurt, les lotus cessent de fleurir. On les considère également comme des manifestations de la kundalini et, dans leur totalité, ils élaborent l'aspect physique de la kundalini Shakti, ou « corps mantrique ». En bref, les pétales représentent l'aspect physique de l'énergie subtile de la kundalini.

LÉGENDE DES CHAKRAS HINDOUS

Il existe sept chakras hindous principaux, bien que certaines versions tantriques en comptent plusieurs autres qu'elles situent au niveau du front. Nous décrivons dans cet ouvrage trois de ces chakras frontaux supplémentaires. Les nombreux textes hindous varient légèrement ; cet exposé vous présentera donc les concepts, définitions et graphies les plus courants. Vous trouverez ici un condensé des nombreux aspects traditionnels des chakras.

Nous vous livrerons le nom sanscrit du chakra et ses appellations secondaires, suivis d'un aperçu du chakra. Les autres aspects envisagés sont les suivants :

Autres noms : autres noms hindous, le cas échéant ;

Signification du nom : sens du terme sanscrit qualifiant le chakra ;

Aspect principal : description générique de la fonction principale du chakra ;

Emplacement : position physique du chakra par rapport à la colonne vertébrale, aux organes voisins ou aux plexus nerveux (également appelés *sthula sarira*) auxquels on l'associe ;

Organes associés : liste partielle des organes régulés par ou associés à un certain chakra ;

Symbole : également appelé yantra, le symbole est lié à la forme du chakra. En général, on associe un chakra à une forme géométrique et à un lotus au nombre de pétales et à la couleur différents ;

Couleur du chakra : couleur globale du chakra ;

Composants : chaque chakra est lié à des éléments auxquels correspondent des couleurs, des sons et des pétales de lotus ;

ÉLÉMENT BRUT

Les éléments sont appelés *tattwas*. Pour les cinq éléments physiques, voir la figure 5.5 ;

ÉLÉMENT SUBTIL

Le *tanmatra* ou élément davantage spirituel ;

COULEUR DE L'ÉLÉMENT

Selon le yoga tantrique, la couleur de l'élément brut ;

SON DE L'ÉLÉMENT

On l'appelle la « semence verbale » ou bija-mantra de l'élément ; le son généré par l'élément dans ce chakra ;

VÉHICULE DU SON

Chaque chakra est représenté par un animal, ou vahana, qui véhicule la semence verbale. Chaque animal reflète une qualité disponible par le biais du chakra ;

PÉTALES

Chaque chakra est figuré par un lotus, ou padma, au nombre de pétales bien particulier. Les pétales sont eux-mêmes associés à certains sons, déités et acceptions :

Sens prédominant : le sens spécifiquement associé au chakra ;

Organe sensoriel : le jnanendriya ou organe gérant le sens correspondant ;

Organe d'action : le karmendriya ou organe qui génère l'activité physique première du chakra ;

Souffle vital : le type de respiration géré par ce chakra, le cas échéant ;

Royaume ou plan cosmique : la plupart des chakras sont reliés à un loka, ou royaume cosmique, ou à un plan différent ; le cas échéant, l'un d'eux ou les deux sont énumérés ;

Déesse maîtresse : chaque chakra est régi par une déesse féminine particulière, le divin féminin ;

Dieu gouverneur : chaque chakra est régi par un dieu masculin particulier, le divin masculin ;

Planète maîtresse : la planète considérée comme étant alignée sur ce chakra.

Lingam : certains chakras présentent un linga ou lingam, également appelé granthi ou nœuds, qui doivent être défaits pour permettre l'ascension de la kundalini.

Le centre de chaque lotus renferme une semence verbale, à l'exception du lotus du Sahasrara aux mille pétales. Il s'agit là du son subtil émis par la vibration des forces au centre du lotus. En général, le lotus détient l'ensemble des figures originales d'un chakra et sa signification.

Les lingas ou granthis : défaire les nœuds

Les lingas ou granthis sont des verrous qui bloquent l'énergie. Nous devons les ouvrir si nous voulons libérer les énergies qu'ils contiennent et réaliser notre pleine divinité.

Ces verrous occupent les chakras Muladhara, Anahata et Ajna, ou les chakras racine, du cœur et du troisième œil. Ces nœuds se dissolvent souvent lorsque la kundalini effectue son ascension.

Les lingas sont souvent associés à deux symboles fondamentaux, chacun d'eux représentant une forme différente de divinité. Le lingam se présente comme un pilier arrondi de forme phallique. Le *trikona*, ou yoni, a l'apparence d'un vagin et est représenté par un triangle inversé. Le verrou que l'on trouve dans le chakra Muladhara possède son propre lingam, également enroulé dans le « serpent » ou kundalini Shakti. La kundalini Shakti doit se déployer et amorcer son ascension à travers le Sushumna avant que le lingam ne puisse se dénouer.

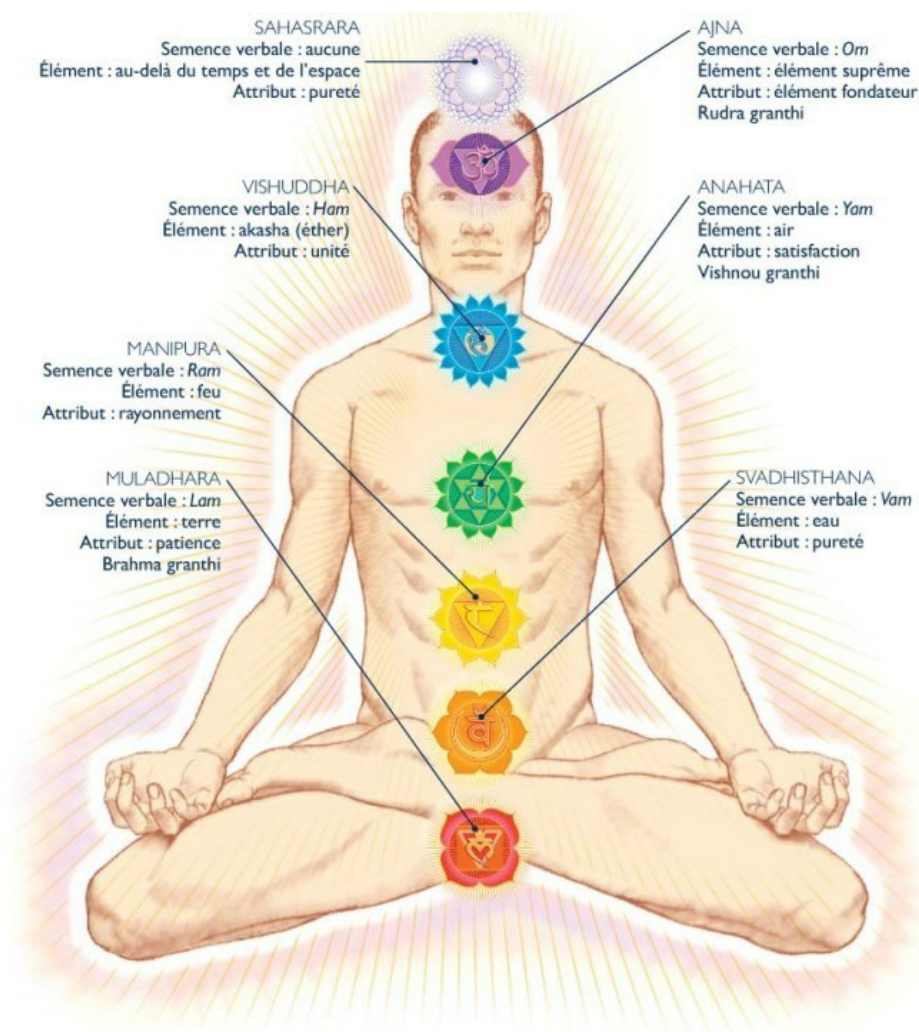


FIGURE 5.5
LE SYSTÈME DES CHAKRAS HINDOUS

MULADHARA OU ADHARA : LE PREMIER CHAKRA OU CHAKRA RACINE

Le chakra Muladhara ou Adhara constitue le fondement du panthéon chakrique védique. Il est le premier des chakras inférieurs, et siège à la base de la colonne vertébrale. De là partent les nadis, les canaux d'énergie subtile qui véhiculent l'énergie vitale à travers le corps. À cet égard, on considère le premier chakra comme le centre d'énergie subtile du plexus nerveux coccygien, mais il est également d'une importance cruciale dans l'élaboration d'une base psychologique et physique pour notre vie. On associe le Muladhara à l'éléphant, qui véhicule la semence verbale (son ou mantra primordial, N.d.T.) du chakra. L'énergie du Muladhara nous aide à persévérer ; plus que tout, les éléphants sont résistants, fiables et persévérants. Cet être nous aide à exploiter et contrôler l'énergie requise pour supporter notre vie et nous épanouir. On représente géométriquement le Muladhara par un cercle contenant un carré. Dans le carré gît un triangle inversé : la représentation d'un organe sexuel féminin. Le lotus associé au Muladhara comporte quatre pétales rouges ; le rouge est la couleur la plus fréquemment associée au premier chakra. Le lotus renferme un carré jaune, représentant l'élément terre. On peut donc considérer le rouge du premier chakra, évoquant la passion et la vie, comme étant limité et retenu par les énergies de la Terre. Le mantra correspondant est *lam*, qui empêche notre énergie de descendre plus bas que notre base, notre premier chakra. Certaines sources distinguent un lingam, ou point de concentration, au milieu du triangle, reflet des énergies masculines et féminines présentes dans toute forme de vie. Le dieu gouvernant ce chakra est Brahma, le seigneur de la création. Représenté traditionnellement avec quatre têtes, quatre visages et quatre

bras, il est capable de voir et d’agir dans toutes les directions. Son épouse, Dakini, est la gardienne des portes du royaume physique. Dans chacune de ses quatre mains, elle porte un symbole de la vie – et de la mort – et du chemin de vie intermédiaire.

LE PREMIER CHAKRA : MULADHARA

Autres noms	Adhara, Patala
Signification du nom	Muladhara dérive de mul, ou base, et d’adhara, soutien. Son nom reflète son but ultime, qui est de nous servir de fondement dans la vie physique ; on l’appelle souvent le chakra racine
Aspect principal	Sécurité
Emplacement	Dans le corps physique, dans la partie inférieure de l’abdomen, entre le nombril et les parties génitales
Organes associés	Os, structure squelettique, plexus nerveux coccygien, glandes surrénales
Symbole	Quatre pétales rouges, contenant un carré avec un triangle inversé
Couleur du chakra	Rouge
Composants	
Élément brut	Terre
Élément subtil	Attrance/odeur
Couleur de l’élément	Jaune
Son de l’élément	Lam
Véhicule de la semence verbale	L’éléphant, airavata, qui représente la capacité à canaliser notre force vitale pour réaliser nos objectifs
Pétales du lotus	Quatre pétales rouge sang
Sens prédominant	Odorat
Organe sensoriel	Nez
Organe d’action	Pieds
Souffle vital	Apana
Royaume ou plan cosmique	L’astral ou le ciel, Bhuvar Loka
Déesse maîtresse	Dakini, gardienne des portes de la réalité physique
Dieu gouverneur	Brahma, créateur de la réalité physique, qui confère la protection et lève les obstacles, est aussi fréquemment associé à ce chakra
Planète maîtresse	Saturne
Lingam	Siège du nœud de Brahma, qu’il nous faut dissoudre si nous voulons nous défaire du voile des illusions qui nous fait percevoir la terre comme une prison

D’un point de vue psychologique, le chakra Muladhara régule nos besoins primaires et notre existence physique. Il s’agit du chakra le plus étroitement lié à notre survie physique. C’est à ce niveau que nous décidons de vivre ou de mourir et de comment survivre – ou nous épanouir. On le dit façonné par l’élément terre et il offre dès lors une base dans le monde physique.

SVADHISTHANA : LE DEUXIÈME CHAKRA

Ce chakra amorce le développement de l’individualité. Son emplacement au niveau des organes

sexuels reflète le besoin instinctif de développer une personnalité particulière, mais également d’entrer en contact avec autrui. L’élément aqueux de ce chakra nous encourage à profiter des rythmes et des cycles de la vie. L’animal le plus fréquemment associé à ce chakra est le crocodile, qui réside dans l’eau en attendant l’occasion de s’exprimer – en prenant un bain de soleil ou en tuant.



FIGURE 5.6
LE PREMIER CHAKRA : MULADHARA



FIGURE 5.7
LE DEUXIÈME CHAKRA : SVADHISTHANA

LE DEUXIÈME CHAKRA : SVADHISTHANA

Autres noms	Adhistan, Shaddala
Signification du nom	Résidence du moi, dérive de sva, moi ou prana, et d’adhithana, résidence Signifie aussi « à six pétales »
Aspect principal	Douceur

Emplacement	Dans le corps physique, dans la partie inférieure de l'abdomen, entre le nombril et les parties génitales
Organes associés	Organes sexuels, vessie, prostate, utérus, plexus nerveux sacré, reins
Symbole	Un lotus à six pétales rouge orangé et un croissant de lune abritant le makara, le crocodile
Couleur du chakra	Orange
Composants	
Élément brut	Eau
Élément subtil	Attirance/goût
Couleur de l'élément	Eau transparente ou colorée, blanche, bleu clair
Son de l'élément	Vam
Véhicule de la semence verbale	Le crocodile (makara), l'invisible (comme dans nos désirs) qui réside sous l'eau
Pétales du lotus	Six pétales rouge vermillon
Sens prédominant	Goût
Organe sensoriel	Langue
Organe d'action	Mains
Souffle vital	Apana
Royaume ou plan cosmique	L'astral ou le ciel, Bhuvar Loka
Déesse maîtresse	Rakini Shakti, qui boit le nectar du septième chakra
Dieu gouverneur	Vishnou, qui combine création et destruction
Planète maîtresse	Pluton

Notre psychisme cherche à s’exprimer par le second chakra. Muladhara, le premier chakra, représente les racines de l’existence ; le deuxième, Svadhisthana, la créativité. Comment allonsnous vivre et partager nos passions ? Nos rêves ? Nos désirs ? Pouvonsnous le faire avec intégrité ? L’énergie du dieu présidant à ce chakra, Vishnou, équilibre la création de Brahma et les pouvoirs destructeurs de Shiva. Nous détenons tous en nous des forces génératrices et destructrices ; quand les employonsnous et pour quelles raisons ?

La déesse gouvernant le deuxième chakra, Rakini Shakti, s’abreuve au nectar du septième chakra – l’ambrosie des dieux. Elle nous pose la question : sommes-nous prêts à nous combler de douceur de vivre – et d’amour ? Le symbole du deuxième chakra est un croissant de lune inscrit dans un cercle. Un lotus à six pétales rouge orangé les enveloppe (certains systèmes parlent de pétales blancs). Le mantra de ce chakra est *vam*, qui nourrit nos fluides corporels. Le symbolisme de ce chakra se centre sur la lune, riche en symboles sexuels. On raconte que la divinité de la lune, lorsqu’elle est nouvelle, parcourt le monde pour fertiliser les eaux. L’eau nourrit à son tour les plantes, qui alimentent les animaux et, enfin, les êtres humains.

D’un point de vue psychologique, le deuxième chakra encourage le développement de notre personnalité, notre capacité à créer et à évoluer, et notre besoin d’amour et de douceur.

MANIPURA : LE TROISIÈME CHAKRA OU CHAKRA DU PLEXUS SOLAIRE

Le chakra Manipura se présente comme un joyau de lumière éclatante. Associé à l’élément feu, il ressemble à un soleil étincelant siégeant au milieu du corps. Ce centre, qui gère les processus et

organes digestifs, influence également le système nerveux et le processus immunitaire. La digestion se veut le reflet de la capacité à digérer et à assimiler les choses – y compris les pensées. Ce centre détermine donc l'état de santé de notre corps et de notre mental.

Ce chakra est régi par Rudra et Lakini Shakti. Rudra est le seigneur du Manipura. Aspect de Shiva, il apparaît comme dirigeant le char du soleil et causant par ses flèches la destruction et la maladie. Il nous invite à faire de l'ordre dans notre esprit et notre expérience de vie, en décidant de ce qu'il faut « réduire en cendres » ou conserver. Lakini Shakti est une facette bénéfique de la déesse de la destruction, Kali. Elle nous encourage à nous fixer des objectifs et à nous concentrer sur ce que nous devons accomplir – et ce à quoi nous devons réfléchir – pour réaliser nos aspirations.

Le troisième chakra est représenté par un triangle inversé inscrit dans un cercle. Le triangle porte un « Ts », qui agit comme une porte d'accès vers la forme de swastika à laquelle il se rattache. Le swastika, symbole sanscrit du bien-être, dont les barres tournent dans le sens des aiguilles d'une montre ou à contresens – dans ce cas, les barres sont orientées vers la gauche –, est un symbole du feu, l'élément brut de ce chakra. Les dix pétales du lotus sont bleus, comme le centre d'une flamme incandescente ; ce chakra est donc à la fois créateur et destructeur. L'élément feu renvoie à la théorie hindoue selon laquelle la digestion s'accomplit par la chaleur ; l'aliment est par conséquent brûlé pour produire notre énergie vitale. Nous entendons dans ce chakra le son *ram*, une tonalité bien appropriée, puisque le bélier (*ram* en anglais, N.d.T.) s'avère être le véhicule du mantra. Les béliers nous fournissent le courage et le soutien nécessaires pour évoluer dans le monde.

D'un point de vue psychologique, le Manipura est le centre de notre pouvoir personnel. Chez certains, cela se traduit par une soif insatiable de connaissance ; chez d'autres, par un besoin d'affirmer leur autorité. Ce chakra détient les clés pour trouver l'équilibre et décider comment nous allons réaliser notre *dharma*, ou mission de vie, plutôt que de nous contenter d'incarner notre *karma*, ou expériences antérieures.



FIGURE 5.8
LE TROISIÈME CHAKRA : MANIPURA

LE TROISIÈME CHAKRA : MANIPURA

Autres noms	Manipurak, Nabhi

Signification du nom	Cité des joyaux ; mani signifie joyau ou gemme ; pura veut dire résidence et nabhi nombril
Aspect principal	Pierre chatoyante
Emplacement	Entre le nombril et la base du sternum
Organes associés	Plexus nerveux central ou lié au plexus solaire ; organes et système digestifs ; certains experts parlent des muscles et des systèmes nerveux et immunitaire
Symbole	Un lotus à dix pétales renfermant un triangle inversé marqué par trois swastikas en forme de T
Couleur du chakra	Jaune
Composants Élément brut Élément subtil Couleur de l'élément Son de l'élément Véhicule de la semence verbale Pétales du lotus	Feu Forme/vue Rouge feu Ram Le bélier, encourageant la combativité spirituelle (force, sagesse et courage) Dix pétales jaunes
Sens prédominant	Vue
Organe sensoriel	Yeux
Organe d'action	Anus
Souffle vital	Saman ou Samana, utile à la digestion
Royaume ou plan cosmique	Plan céleste ou ciel ; Svarloka
Déesse maîtresse	Lakini Shakti, qui confère l'inspiration et la concentration doublées de compassion
Dieu gouverneur	Rudra, ancienne force destructrice
Planète maîtresse	Soleil

ANAHATA : LE QUATRIÈME CHAKRA OU CHAKRA DU CŒUR

On raconte que l’être éveillé peut entendre le son de l’Univers dans le chakra Anahata. Le cœur constitue en effet le centre du corps humain, l’organe le plus vital de l’homme. Comme nous l’avons vu, le cœur émet mille fois plus d’électricité et de magnétisme que le cerveau. L’organe central de l’Anahata, le cœur, rythme notre existence à chaque pulsation, et révèle par-là que tout dans la vie est une question de son et de rythme. Le cœur détient le deuxième *granthi* ou verrou, énergie nouée qu’il nous faut démêler si nous voulons libérer notre divinité. Le cœur est le siège de plusieurs déités hindoues. Krishna est l’une des incarnations de Vishnou, et on l’associe à l’amour le plus élevé et à celui du cœur. L’on trouve, sous son autorité, le dieu seigneur Isvara, un aspect de Shiva, connu pour son approche mystique de l’amour et de la vie. Isvara est souvent lié aux pouvoirs siddhi (voir « Les siddhi : pouvoirs relevant des corps subtils » à la page 264). Isvara nous aide également à briser les barrières qui séparent notre moi du monde. Kakini Shakti gouverne avec lui ce chakra, en aidant le fidèle à aligner les battements de son cœur sur le rythme de l’Univers. L’antilope bondit au sein de ce chakra, en illustrant la dominance de l’air. Le symbole du cœur correspond à deux triangles superposés inscrits dans un cercle, l’un pointant vers le haut, l’autre vers le bas, ce qui forme une étoile à six branches. Le lotus possède douze pétales, perçus parfois de couleur rouge, bien que l’on considère son élément, l’air, comme étant de couleur grise. Le son qui en émane est *yam*. Le chakra

du cœur compte de nombreux symboles complexes. Les deux triangles représentent l’union totale des énergies masculines et féminines, contrairement au lingam du premier chakra, centré sur la fusion sexuelle. L’élément air, cependant, n’est pas considéré comme le « souffle vital », mais comme le véhicule du son et de l’énergie. La nature mystique de cet air suggère que le son se situe en réalité hors de l’espace et du temps, qu’il encourage la compréhension de concepts qui transcendent nos préoccupations quotidiennes.

LE QUATRIÈME CHAKRA : ANAHATA

Autres noms	Hritpankaja, Dvodashadala
Signification du nom	Lotus du cœur ; hrit signifie cœur et pankaja, lotus Signifie également « à douze pétales » ; dvadash se traduit par douze et dala par pétales
Aspect principal	Amour et relations
Emplacement	Dans le corps physique, au centre de la poitrine, au niveau du cœur
Organes associés	Plexus nerveux cardiaque, systèmes respiratoire et cardiaque, thymus
Symbole	Un lotus à douze pétales renfermant deux triangles superposés qui forment une étoile à six branches
Couleur du chakra	Vert
Composants	
Élément brut	Air
Élément subtil	Impact/toucher
Couleur de l’élément	Incolore, gris ou vert tendre
Son de l’élément	Yam
Véhicule de la semence verbale	L’antilope, qui reflète l’exaltation et la joie d’être en vie
Pétales du lotus	Douze pétales verts
Sens prédominant	Toucher
Organe sensoriel	Peau
Organe d’action	Organes sexuels
Souffle vital	Prana
Royaume ou plan cosmique	L’équilibre, ou résidence des siddhi et des saints ; le royaume du Maharloka
Déesse maîtresse	Kakini Shakti, qui synchronise notre battement de cœur et celui de l’Univers
Dieu gouverneur	Isvara, qui nous aide à nous arrimer au monde
Planète maîtresse	Vénus
Lingam	Siège du nœud de Bana, ou granthi de Vishnou, qu’il nous faut dissoudre pour supprimer la perception de la séparation



FIGURE 5.9
LE QUATRIÈME CHAKRA : ANAHATA



FIGURE 5.10
LE CINQUIÈME CHAKRA : VISHUDDHA

Du point de vue psychologique, le chakra du cœur est consacré à l’amour et à la compassion, ainsi qu’à d’autres ingrédients qui nous sont nécessaires pour incarner l’amour véritable en nous et en dehors du moi.

VISHUDDHA : LE CINQUIÈME CHAKRA OU CHAKRA DE LA GORGE

Vishuddha constitue le centre par lequel nous communiquons notre vérité au monde. Il s’agit de prêter une voix – de la musique ou du son – à notre cœur intérieur, et d’écouter en retour ce que le monde nous répond.

C’est là le dernier des chakras traitant des éléments bruts ou physiques. À ce niveau, nous nous préparons à gravir l’échelle de la conscience, pour pénétrer dans les chakras consacrés à la spiritualité. Il est temps de demander ce qui doit être révélé pour rendre cette transcendance possible.

Ce chakra est soutenu par Airavata, un éléphant blanc à six trompes. Il est le dieu des éléphants, le maître des nuages. Contrairement à l’éléphant du premier chakra, Airavata ne connaît aucune contrainte. Il parcourt librement le plan de l’éther et l’espace, en nous ouvrant aux rayons du cosmos. Les dieux Ardhvanarisvara et Sakini Shakti nous fournissent une assistance supplémentaire. La féminine Sakini nous enseigne à maîtriser les cinq éléments, ainsi que la communication psychique. Elle nous confère des connaissances supérieures et nous aide à activer les siddhi, ou pouvoirs vitaux. Ardhvanarisvara est androgyne. Il nous encourage à marier nos aspects masculins et féminins.

Symboliquement, le cinquième chakra ressemble à un triangle inversé inscrit dans un cercle et qui contient un cercle plus petit.

LE CINQUIÈME CHAKRA : VISHUDDHA

Autres noms	Kanth Padma, Shodash Dala
Signification du nom	Lotus pur ou de la gorge ; kanth signifie gorge, tandis que padma se traduit par lotus Signifie également « à seize pétales » ; shodash renvoie à seize et dala à pétales
Aspect principal	Communication et expression de soi
Emplacement	Gorge
Organes associés	Plexus nerveux laryngé, cordes vocales, bouche, gorge, oreilles, glandes thyroïde et parathyroïde
Symbole	Un lotus à seize pétales renfermant un triangle inversé, dans lequel un cercle symbolise la pleine lune
Couleur du chakra	Bleu
Composants	
Élément brut	Éther
Élément subtil	Vibration/son
Couleur de l’élément	Violet cendré
Son de l’élément	Ham
Véhicule de la semence verbale	L’éléphant blanc, qui confère grâce et harmonie
Pétales du lotus	Seize pétales violet cendré
Sens prédominant	Ouïe
Organe sensoriel	Oreilles
Organe d’action	Bouche
Souffle vital	Updana
Royaume ou plan cosmique	Le plan humain ; Janaloka, qui met fin aux ténèbres
Déesse maîtresse	Sakini Shakti, aux cinq têtes pour maîtriser les éléments et le royaume psychique
Dieu gouverneur	Ardhvanarisvara, dieu à cinq têtes représentant la maîtrise sur les cinq éléments
Planète maîtresse	Jupiter

Le lotus comporte seize pétales, que de nombreux systèmes représentent de couleur bleu violet. Il est régi par l’éther, l’élément le plus subtil. Le mantra *ham* dynamise et harmonise la gorge.

Du point de vue psychologique, le cinquième chakra nous ouvre à la sagesse supérieure, à nos guides et à notre âme. De nombreuses sources le considèrent comme le centre des rêves. Au cinquième chakra, si nous parvenons à déterminer quelles vérités nous désirons vraiment incarner, nous pouvons accéder à nos rêves intérieurs et mener une vie riche de sens.

AJNA : SIXIÈME CHAKRA OU CHAKRA DU TROISIÈME ŒIL

Les énergies lunaire et solaire se rencontrent et fusionnent au sixième chakra, en combinant les principes suivants : caractères solide et liquide, conscience, neutralité, austérité, violence et dévotion spirituelle. L’Ajna dissout la dualité, en nous permettant de cesser de différencier le « bon » du « mauvais », le « je » du « tu », jusqu’à ce que nous acceptions la plus vaste unité du cosmos. À ce niveau, nous pouvons nous tourner vers notre « troisième œil », ou vision intérieure, afin de percevoir la vérité dissimulée derrière la « réalité ». Le troisième granthi ou nœud y a élu domicile. Il s’agit du nœud de Rudra du lingam d’Itara, que l’on représente comme un éclair d’un blanc étincelant. Son énergie nous offre l’opportunité d’appréhender toute chose comme sainte et sacrée.

LE SIXIÈME CHAKRA : AJNA

Autres noms	Bhru Madhya, Dvidala Padma
Signification du nom	Commandement ; et point entre les sourcils avec Bhuru qui signifie sourcils et madhya, intermédiaire Également appelé « lotus à deux pétales »
Aspect principal	Perception et autoréalisation
Emplacement	Au-dessus et entre les sourcils
Organes associés	Plexus médullaire, glande pituitaire, yeux
Symbole	Un lotus à deux gros pétales situés de chaque côté d’un cercle renfermant un triangle inversé
Couleur du chakra	Violet/indigo
Composants	
Élément brut	Lumière
Élément subtil	Élément suprême ; union des autres éléments
Couleur de l’élément	Transparent
Son de l’élément	Om
Véhicule de la semence verbale	Pour certains, il n’en existe pas ; pour d’autres, il s’agit d’une antilope noire, monture du dieu des vents
Pétales du lotus	Deux pétales
Sens prédominant	Neutre
Organe sensoriel	Mental
Organe d’action	Mental
Souffle vital	Pas de souffle vital, mais une convergence harmonique
Royaume ou plan cosmique	Tapasloka, plan de l’austérité ; demeure des bienheureux
Déesse maîtresse	Hakini Shakti, à six têtes, qui représente la méditation parvenue à un niveau de perfection
Dieu gouverneur	Shiva, le dieu de la destruction et de la danse divine ; Shiva est le partenaire de l’aspect féminin
Planète maîtresse	Poissons

Shiva, le seigneur de la destruction, gouverne le sixième chakra. Il régit le mental subtil, en nous enseignant par conséquent comment contrôler nos désirs et nos besoins. Hakini Shakti le seconde en tant que gardienne des portes du troisième œil. Aspect de la Shakti kundalini, elle a six têtes qui représentent l'illumination, le contrôle de la pensée, la concentration, la méditation, la concentration supraconsciente et la vigilance totale. Elle offre à ceux qu'elle favorise de boire le nectar (*soma*), la boisson de l'immortalité (voir « Trois corps chakriques supplémentaires » ci-après pour plus de détails sur le chakra Soma).

L'Ajna est représenté par un triangle inversé compris dans un cercle. Son lotus ne compte que deux pétales. Il est transparent et composé de lumière, car son but est de nous aider à voir de manière claire. Son mantra est le divin *aum*, qui relie le commencement et la fin de toute chose. On n'associe pas ce chakra à un élément particulier ou à un représentant animal, bien que certains le rattachent à l'antilope noire, porteuse de lumière. On qualifie parfois l'Ajna de centre de l'élément suprême – la lumière qui engendre l'ensemble des autres éléments. À cet égard, on le considère généralement comme détenant la semence verbale OM, comme l'illustre la *figure 5.11*, bien que certaines sources lui attribuent une syllabe différente.



FIGURE 5.11
LE SIXIÈME CHAKRA : AJNA

Du point de vue mental, l'Ajna renvoie à nos facultés cognitives et sensorielles. C'est à ce niveau que nous transcendons l'information concrète et terrestre pour formuler des abstractions et des idées supérieures. Par conséquent, l'un des rôles primordiaux de ce chakra est de servir de passerelle vers les royaumes subtils, gouvernant les *koshas*, ou deux gaines qui forment la totalité du corps subtil (*suksma sarira*) (voir « Au-delà des chakras » à la page 261). Nous pouvons à présent découvrir notre véritable moi et entreprendre un voyage qui nous dessine un futur enviable.

On considère que l'Ajna réalise la transcendance des éléments bruts ou concrets, en renfermant à leur place un « élément suprême » qui sert de fondement aux éléments rencontrés dans les chakras

inférieurs.

TROIS CORPS CHAKRIQUES SUPPLÉMENTAIRES RELIÉS À L'AJNA

Il existe trois corps chakriques supplémentaires qui jouent un rôle crucial dans l'ascension de la kundalini à travers le chakra Ajna. Regroupés sous le nom de « chakra Soma », ce sont le Soma, le Kameshvara et le Kamadhenu.

Le chakra Soma est situé au niveau du Sahasrara, juste au-dessus de l'Ajna. Il existe maintes conceptions de ce chakra. Certains systèmes le perçoivent comme un ensemble de trois chakras indépendants, d'autres comme deux chakras accompagnés d'un sous-chakra, et d'autres encore comme des corps semblables à des chakras qui agissent par l'intermédiaire de l'Ajna. Pour notre part, nous concevons le chakra Soma comme deux sous-chakras accompagnés d'un pont chakrique. Les deux sous-chakras sont le Soma et le Kameshvara ; le Kamadhenu constitue le pont. Le chakra Soma, dans son acception générale, est éclairé comme un lotus de lumière bleue et blanche à douze pétales (parfois seize), orné d'un croissant d'argent. Cette lune est la source du nectar (*soma*) du corps, dont on dit qu'il s'écoule de *Kamadhenu*, la déesse blanche au visage de vache.

Il s'agit d'une vache qui « exauce les souhaits » et se tient à disposition de l'initié ayant transpercé le Rudra granthi. À ce niveau, on renonce à ses besoins personnels et on n'aspire qu'à ce qui peut bénéficier au monde. Elle sert de lien entre les deux sous-chakras (et certaines disciplines considèrent qu'elle occupe son propre chakra).

Le chakra Kameshvara se situe juste au-dessus de là où demeure Kamadhenu. C'est ici que la kundalini dans l'une de ses nombreuses formes, Kameshvari, s'unit au seigneur Param Shiva. Ce chakra comporte un triangle dans lequel s'inscrivent Kameshvara et Kameshvari. Dans le yoga tantrique, on l'appelle le *triangle A-KA-THA* et il se compose de trois nadis : les nadis *vama*, *jyeshtha* et *raudri*. Ces mêmes nadis forment un triangle dans le chakra Muladhara et renferment une version de Shakti et Shiva.

Lorsque Shakti s'élève vers le Kameshvara, le savoir, le ressenti et l'acte évoluent en vérité, beauté et bonté. Ce phénomène est dû à la combinaison des trois *gunas* et trois *bindus* (voir « Les forces bindus » à la page 251).

Kameshvara est un dieu viril à la beauté saisissante. Assis dans la position d'un yogi, il embrasse Kameshvari, la plus sublime des femmes. On qualifie leur union de *tantra* ou conscience élargie, car elle combine la jouissance (*bhoga*) et le détachement (*yoga*).

SAHASRARA : LE SEPTIÈME CHAKRA OU CHAKRA COURONNE

Shiva et Shakti – les aspects féminin et masculin – se rejoignent au Sahasrara pour réaliser *brahma-ranhdra*, la transcendance des deux. Dans ce chakra, la personnalité individuelle se dissout dans l'essence du Tout. Il s'agit d'un chakra à mille pétales. Ces pétales représentent les cinquante lettres de l'alphabet sanscrit, accompagnées de leurs vingt permutations. L'ampleur de ces vibrations renforce le rôle du septième chakra de diriger et coordonner les autres chakras.

Ce chakra est unique sur bien des points. Tous les autres chakras présentent des lotus pointés vers le haut. Dans le cas du Sahasrara, les lotus pointent vers le bas, en symbolisant notre délivrance des choses de ce monde et la pluie divine s'échappant de ses pétales. Certains yogis racontent en fait que lorsqu'ils parviennent à ce chakra, leur fontanelle (zone souple) située au sommet de la tête se gorge de « rosée divine ».

Le chakra Sahasrara n'était pas considéré comme faisant partie du corps dans le système hindou classique. Traditionnellement, on le représente flottant au-dessus de la tête. Des systèmes plus

contemporains l'établissent au sommet de la tête. Peu importe la position que vous préférez, l'idée est la même : il représente un espace en lui-même. Le Sahasrara crée le cinquième *kosha*, la *gaine anandamaya* qui remplit la fonction de *corps causal*. Après s'être élevé jusqu'au Sahasrara, nous perçons cette gaine et nous nous libérons des contraintes du royaume physique ainsi que de la « roue de la vie », mécanisme initiateur de la réincarnation. Une fois délivrés du corps causal, nous pénétrons l'un des trois plans ou *koshas* supérieurs situés au-delà du corps, le *Satyaloka* ou « demeure de la vérité ». Nous atteignons également le *samadhi*, ou état de béatitude et d'êtré lié à la transcendance. On associe cet état aux enseignements de Krishna dans la *Baghavad-Gita* et à la huitième branche de la classification du yoga de Patanjali (voir « La méthode en huit étapes du yoga de Patanjali » à la page 253). Il existe plusieurs niveaux de *samadhi*, le plus haut impliquant l'identification de l'individu aux états de conscience les plus élevés pour qu'il soit finalement absorbé dans le Tout.

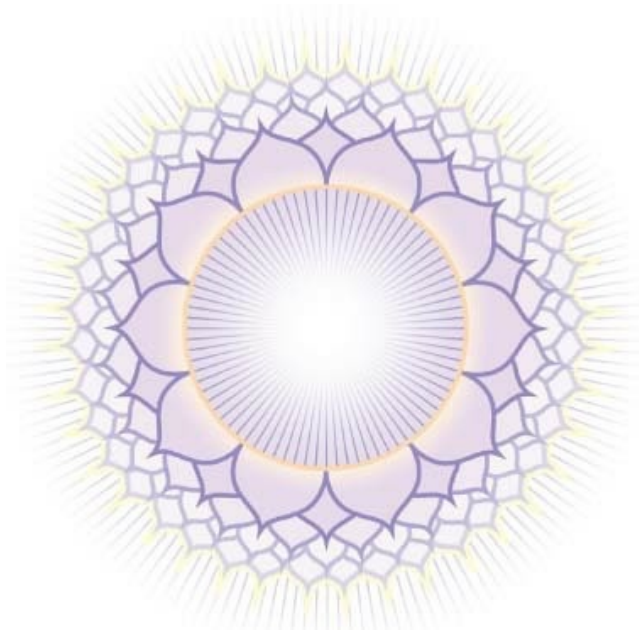


FIGURE 5.12
LE SEPTIÈME CHAKRA : SAHASRARA

LE SEPTIÈME CHAKRA : SAHASRARA

Autres noms	Bhru Madhya, Dvidala Padma
Signification du nom	Vacuité ; résidence sans limites ; « à mille pétales »
Aspect principal	Spiritualité
Emplacement	Au sommet ou juste au-dessus de la tête
Organes associés	Crâne supérieur, cortex cérébral, glande pinéale
Symbole	Le lotus à mille pétales
Couleur du chakra	Blanc ; également perçu comme étant de couleur violette ou or
Composants	
Élément brut	On n'associe aucun élément brut ou subtil ni aucune couleur au Sahasrara
Élément subtil	
Couleur de l'élément	
Son de l'élément	Visarga (respiration sonore)

Véhicule de la semence verbale	Le mouvement du bindu, un croissant surmonté d'un point
Pétales du lotus	Mille pétales, les teintes de l'arc-en-ciel
Organe d'action	Glande pinéale
Souffle vital	Pas de souffle vital, mais une convergence harmonique
Royaume ou plan cosmique	La Vérité ou Satyaloka
Déesse maîtresse	Shakti s'unit ici à Shiva
Dieu gouverneur	Shiva s'unit ici à Shakti
Planète maîtresse	Ketu

On considère que le Sahasrara transcende la plupart des représentations symboliques, bien que ce chakra soit généralement perçu comme étant de couleur blanche.

On considère également que le Sahasrara transcende les sens, les organes sensoriels et le souffle vital. En tant que tel, on le décrit souvent sans semence verbale, comme le montre la *figure 5.12*, bien que certaines sources l’ornent d’un OM.

LES TYPES CHAKRIQUES HINDOUS

Les individus ont tendance à puiser davantage l’énergie d’un seul chakra au détriment de celle des autres. Nous sommes également enclins à nous « établir » dans des chakras particuliers au lieu de gravir l’échelle de la kundalini. Les descriptions de caractères qui suivent sont tirées des réflexions de Harish Johari, célèbre expert en spiritualité orientale et auteur de plusieurs ouvrages sur les chakras indiens et tantriques³¹⁵.

LES FORCES BINDUS

Avant qu’il ne se manifeste, le param bindu (conscience suprême) présente un caractère tripartite prenant l’aspect d’un triangle. Chaque point du triangle est représenté par un bindu, ou force, qui interagit avec les autres bindus pour mener à l’illumination. Ces trois bindus sont rouge (rakta), représentant Brahmi, l’énergie de Brahma le créateur (que l’on qualifie également de bindu) ; blanc (shvaït), représentant Vaishnavi, l’énergie de Vishnou le sauveur (bija) ; et d’une couleur mixte, qui renvoie à Maheshvari, l’énergie de Maheshvara le destructeur ou Shiva lui-même (nada).

Le param bindu (qui engendre les trois forces bindus triangulaires) forme le kamkala, le principe de la conscience gorgée d’énergie en cours de réalisation (Shakti), sous la forme de fréquences sonores subtiles. Le param bindu, appréhendé pour le moment comme trois Shaktis séparées, circule à travers trois nadis différents pour incarner trois types de conscience. Le nadi Vama le transforme en savoir ; le nadi Jyeshtha en ressenti ; et le nadi Raudri en acte. Lorsque la kundalini s’élève pour s’unir à la conscience suprême dans le chakra Kameshvara, les trois bindus se fondent en trois gunas (sattva, ragas et tamas), qui représentent les qualités de l’énergie. Ces énergies nouvellement mêlées forment à présent le bindu suprême et les trois qualités nécessaires à l’illumination : la vérité (satyam), la beauté (sundaram) et la bonté (shivam).

Le tableau suivant illustre les aspects de la conscience concernés par ce processus.

FIGURE 5.13
LES ASPECTS DE LA CONSCIENCE

Nadi	Description de la conscience	Apparence de la conscience	Son généré	Attribut	Forme divine
Vama	Volonté (iccha)	Sensibilité	Son subtil, pashyanti	Création	Brahmi
			Son intermédiaire,		

Jyeshtha	Connaissance (jnana)	Savoir	madhyama	Préservation	Vaishnavi
Raudri	Action (kriya)	Acte	Son articulé, vaikhari	Dissolution	Maheshvari

LA PERSONNALITÉ MULADHARA

Une personne gouvernée par le chakra Muladhara est souvent confrontée à des leçons de vie concernant la sécurité – ou plutôt le désir d’atteindre la sécurité physique et financière. Le comportement de ces personnes est souvent comparé à celui des fourmis qui travaillent durement pour leur reine. Leur sens du moi se fonde généralement sur la quête d’approbation ou le respect des lois. Les leçons que doivent apprendre ces personnes tiennent donc souvent au fait de se confronter à l’avidité, l’envie, la sensualité et la colère pour s’en libérer. Comme l’élément terre, les personnalités Muladhara sont fortes physiquement et productives. Elles remportent souvent le combat par leur dynamisme et leur puissance.

LA PERSONNALITÉ SVADHISTHANA

Un individu Svadhisthana préfère se consacrer aux choses de la vie plus élevées – l’art, la musique, la poésie et les bijoux de la créativité. Bien qu’admirable, cette richesse présente également des tentations qui l’éloignent de la voie spirituelle, les déviations principales étant la sexualité, la sensualité et l’abandon aux plaisirs. Une personne sous l’influence du deuxième chakra a des chances de manifester des sautes d’humeur et une instabilité émotionnelle. Le désir s’ancre dans le deuxième chakra et peut mener à l’amour et à la réjouissance, mais également à la frivolité ou tout simplement à l’égoïsme pur. La voie du Svadhisthana est souvent qualifiée de parcours du papillon, car la vie est parsemée de tellement de joies qu’il peut lui être difficile de demeurer longtemps au même endroit. Il est important d’acquérir une discipline pour équilibrer le besoin de multiplier les expériences.

LA PERSONNALITÉ MANIPURA

Ce chakra embrasse les plans du karma (le passé), du dharma (mission) et le plan céleste. Son objectif est de racheter les erreurs passées de la personne. Manipura est le chakra du feu, et les personnes qui s’y établissent ont tendance à se montrer fougueuses ; la clé de la joie réside dans l’usage que l’on fait de la chaleur. Est-elle employée à fuir le passé – ou à œuvrer à un avenir positif ?

Les personnes du troisième chakra ont tendance à se montrer capricieuses, mais sont également capables de s’investir dans les buts qu’elles se fixent. Elles sont souvent motivées par le besoin d’être reconnues et de réussir dans la vie.

La question majeure à laquelle confronte ce chakra est l’ego. En affrontant ses problèmes d’orgueil et de contrôle, la personne Manipura se donne la possibilité d’incarner les meilleures qualités de son animal protecteur, le bélier. Le bélier peut gagner avec agilité les plus hauts sommets de la montagne ; c’est également le cas de l’individu du troisième chakra.

LA PERSONNALITÉ ANAHATA

Lorsque le lotus se déploie, les douze pétales invitent à la diffusion de l’énergie dans toutes les directions, ce qui active douze aptitudes mentales : espoir, anxiété, initiative, possessivité, arrogance, impuissance, discernement, égoïsme, lascivité, tromperie, indécision et repentir (comme le décrit le *Mahanirvana Tantra*, un exposé détaillé des rituels et pratiques tantriques édité pour le public occidental par Arthur Avalon [nom de plume de Sir John Woodroffe] en 1913)³¹⁶. Douze divinités

sous la forme de sons aident la personne à affronter, assumer et assainir son périple à travers ces douze qualités.

Une personne sous l'influence du chakra du cœur pourrait se trouver grandement affectée par les qualités négatives qui agitent son cœur. Cependant, cet être a fait face aux défis imposés par les chakras supérieurs et peut à présent évoluer vers des sentiments de dévouement, de compassion, d'abnégation et d'amour. En définitive, il peut devenir comme l'antilope, capable de se mouvoir comme le fait la lumière dans le monde : avec rapidité, douceur et fermeté.

LA PERSONNALITÉ VISHUDDHA

Le chakra Vishuddha invite à renaître. Au cours de notre ascension des chakras inférieurs, nous embrassons – et apprenons à maîtriser – chacun des éléments bruts. Nous pénétrons à présent le plan de l'éther.

Ceux qui vivent à ce niveau sont souvent perçus comme des rêveurs, des musiciens, des personnes sages et inspirées. Le cinquième chakra baigne dans le son, sous toutes ses formes. Il existe deux façons de vivre dans cet espace. Nous pouvons nous laisser distraire et nous montrer irresponsable – chérissant notre savoir dans le secret et la solitude – ou nous pouvons partir en quête de la vérité et la partager.

LA PERSONNALITÉ AJNA

La personnalité Ajna a fusionné la lumière et l'obscurité, la matière et l'esprit, le masculin et le féminin, et est à présent capable de partager la lumière avec le monde. Les nadis Ida et Pingala se terminent à l'Ajna, pour ceux qui ont achevé le parcours de la kundalini. Cette personne est à même de transcender le temps : connaître le passé, le présent et le futur tout en ne se laissant plus définir par ces paramètres.

Cette aptitude doit être gérée avec précaution pour ne manquer aucune étape du processus d'évolution et ne pas finir « dans les nuages » ou « renfermé », dissocié de la vie quotidienne et du monde concret. L'individu Ajna est idéalement à même de maintenir un état de conscience non duelle. Dans la réalité pratique – car réalité pratique il y a, comme faire ses courses ou payer ses factures –, la personne Ajna doit pouvoir trouver un compromis entre les réalités spirituelle et physique. Si elle y parvient, elle peut représenter une véritable « lumière » pour le monde.

LA PERSONNALITÉ SAHASRARA

Le Sahasrara représente le prolongement le plus élevé de la kundalini ascendante. Le « je » de l'individu se dissout ici dans l'esprit plus vaste, en offrant paradoxalement l'opportunité d'incarner son moi véritable. Une personne qui vit à ce niveau connaît une félicité constante, en incarnant simultanément son « moi » et le « Tout ». Cette union invite idéalement au détachement d'avec le corps physique et, par là, à la délivrance des souffrances, problèmes et humiliations de ce monde. Mais cette personnalité à part peut aussi conduire à l'impassibilité, à la réserve et à un sentiment de solitude au sein d'un groupe.

La personnalité Sahasrara est généralement capable de manifester ses siddhi ou pouvoirs. Cela représente de merveilleuses opportunités d'aider les autres. Beaucoup acquièrent le statut de gourou ou presque par l'éveil et le développement de leurs dons. Certains individus Sahasrara confondent cependant le fait d'être doué à celui d'être exceptionnel, plongeant dans l'égoïsme. Autrement dit, certains Sahasraras sont accros à la renommée et au succès qui accompagnent leurs dons supérieurs.

LES NADIS : CANAUX D'ÉNERGIE

Bien que les nadis soient, du point de vue technique, des canaux d'énergie et auraient pu être inclus dans la quatrième partie, ils sont si intimement liés aux chakras et au processus de la kundalini qu'ils ne peuvent véritablement s'appréhender qu'en relation avec eux. C'est pourquoi nous explorerons en détails les nadis ci-après.

Le mot *nadi* dérive de la racine sanscrite *nad* qui signifie « mouvement ». Selon le plus ancien texte hindou, le *Rigveda*, *nadi* signifie « flux », terme approprié puisque les nadis véhiculent diverses énergies subtiles à travers le corps. En jouant ce rôle, ils agissent comme des canaux, ou système de distribution des chakras, qui aident à purifier et gérer le système physique et assument une fonction essentielle dans l'ascension de la kundalini.

LA MÉTHODE EN HUIT ÉTAPES DU YOGA DE PATANJALI

De nombreux fidèles soignent leur parcours ascendant à travers les koshas, en assainissant les trois corps d'incarnation (sariras) décrits dans « Au-delà des chakras : l'alignement hindou des corps énergétiques » à la page 261, par la voie yogique en huit étapes de Patanjali. Dans les Yoga Sutras, le célèbre yogi Patanjali conseille de respecter le processus suivant :

- apprendre la retenue (yama) ;
- développer la discipline spirituelle (niyama) ;
- recourir à des postures (asanas) ;
- contrôler la respiration (pranayama) ;
- parvenir au retrait des sens (pratyahara) ;
- développer la concentration mentale (dharana) ;
- pratiquer la méditation profonde (dhyana) ;
- atteindre la conscience supérieure (samadhi).

Les six premières étapes correspondent à un travail sur le corps et les deux dernières renvoient à la manière d'accéder à l'esprit. Elles évoquent le mouvement décrit à travers les koshas, ou niveaux de développement, et ouvrent la voie à l'ascension de la kundalini.

Les nadis furent mentionnés pour la première fois dans la version la plus ancienne des *Upanishads* rédigés du VII^e au VIII^e siècle av. J.-C. Les idées furent développées dans les versions plus tardives des *Upanishads* et par les écoles de yoga et de tantra. L'on compare souvent les nadis au système des méridiens traditionnels chinois. Ils véhiculent tous deux des énergies et interagissent avec les chakras. Il existe cependant plusieurs divergences. La plupart des systèmes médicaux traditionnels chinois travaillent avec douze méridiens principaux. Les nadis sont bien plus nombreux. Les premiers *Upanishads* suggéraient l'existence de 72 000 nadis³¹⁷, et les autres en dénombrent entre 1 000 et 350 000 – l'ancien texte du *Shiva Samhita* énonce ce dernier chiffre³¹⁸. La plupart des systèmes, dont l'ayurveda et la tradition tibétaine, s'accordent néanmoins sur 72 000 nadis différents.

L'un des anciens textes décrit les nadis de la façon suivante :

*Le moi réside à présent dans le cœur, à la jonction de cent et un nerfs [nadis]. Chacun de ces cent nerfs en engendre cent autres et le dernier se divise par mille fois en soixantedouze ramifications. C'est en eux que se répand et circule le Vyana*³¹⁹.

Certains experts affirment qu'alors que les méridiens possèdent un pendant physique dans les

systèmes canaux des méridiens, les nadis interagissent avec le système nerveux physique. Les nadis ne véhiculent apparemment pas seulement le prana à travers le corps, mais le convertissent également en différents types d'énergies nécessaires aux organes, aux glandes et aux tissus. Tous les experts ne rattachent cependant pas les nadis au système nerveux. Le Dr Hiroshi Motoyama, auteur de plus de vingt ouvrages sur la médecine orientale, ne met pas les nadis et les nerfs en corrélation. Il déduit que, tant que le nadi principal, le Sushumna, réside au milieu de la colonne vertébrale et que les nerfs se situent en dehors de ce centre (ils passent dans le canal spinal, qui renferme la moelle épinière), on ne peut physiquement l'associer aux nerfs physiques. Il a également souligné le fait que les cellules de ces systèmes spinal et nerveux provenaient de souches différentes³²⁰.

Comme nous l'avons vu dans le chapitre 38, « Rencontre des principes scientifiques et de la théorie des chakras », Motoyama pense que les nadis et les méridiens pourraient être identiques. Il décèle par exemple une intime corrélation entre le vaisseau Gouverneur et le nadi principal, le Sushumna, du fait qu'ils sont liés du point de vue anatomique et assurent des fonctions similaires. Il établit d'étroites associations entre d'autres méridiens et certains des autres nadis principaux, ce qui appuie l'idée que, peu importe le rôle précis des nadis, il existe une forte interconnexion entre les chakras, les méridiens et les nerfs³²¹. D'après le système du yoga tantrique, relevant de la tradition hindoue, il existe deux types de nadis :

les nadis yogiques : ce sont des canaux immatériels et invisibles d'énergie subtile. Ce groupe englobe deux types de nadis :

- les *manas*, canaux du mental (qualifiés parfois de nadis *manovahini* ou *manovahi*) ;
- les *chitta*, canaux du moi sensible (également appelés nadis *chittavahii*) ;

les nadis bruts : ce sont des canaux matériels et visibles d'énergie subtile. Cet ensemble regroupe les nerfs, les muscles, les vaisseaux des systèmes lymphatique et cardiovasculaire, et les méridiens d'acupuncture³²².

Les nadis bruts et subtils peuvent tous deux véhiculer le prana. Ceux qui accomplissent cette mission sont appelés les nadis *pranavahi* ou *pranavahini*. Presque tout le monde semble tomber d'accord sur l'existence de trois nadis clés : le Sushumna ou nadi principal ; l'Ida, du côté gauche du corps ; et le Pingala, du côté droit. Les chakras principaux sont alimentés par le Sushumna, qui parcourt l'épine dorsale de la base de la colonne au centre du cerveau.

Quant aux nadis Ida et Pingala, ils se croisent en formant une double hélice et sont en relation avec les troncs nerveux sympathiques situés sur les côtés de la moelle épinière. Ces trois nadis interagissent pour purifier le corps physique et stimuler l'ascension de la kundalini à travers le Sushumna. S'il s'accomplit convenablement, ce processus déploie également les siddhi, ou dons apparemment magiques. Il existe en tout quatorze nadis principaux. Tout comme le Sushumna est assimilé au vaisseau Gouverneur du système des méridiens, chaque nadi est associé à un méridien différent³²³.

LE NADI SUSHUMNA

Flux : il s'agit du nadi central qui traverse la colonne vertébrale. Le flux part du chakra de la base, ou Muladhara, et s'interrompt au chakra couronne Sahasrara, où il se divise en deux courants. Le courant

antérieur traverse l'Ajna, ou chakra frontal, avant de gagner le *Brahma Randhra*, le siège de la conscience suprême situé entre les deux hémisphères du cerveau et le chakra Sahasrara. Le courant postérieur parcourt le crâne avant d'aboutir au *Brahma Randhra*. Le Sushumna se compose de trois nadis yogiques, disposés en couches. Ce sont :

LA RESPIRATION ET LES TROIS NADIS PRINCIPAUX

Un yogi vise l'illumination en travaillant avec les trois nadis principaux. L'on représente le plus souvent le Sushumna par deux serpents (l'Ida et le Pingala) enroulés autour d'un bâton droit. Cela nous rappelle le caducée, symbole de la pratique médicale³²⁴. L'Ida et le Pingala convergent au niveau du nez, de la gauche pour l'Ida et de la droite pour le Pingala. L'Ida et le Pingala croisent par quatre fois le Sushumna, le rencontrant et environnant les chakras, ce qui ouvre ainsi la voie à la kundalini, une fois celle-ci activée.

Comment active-t-on le serpent endormi ? Le processus fondamental implique d'utiliser le prana (la respiration) pour guider l'énergie à travers l'Ida et le Pingala à la base de la colonne vertébrale. Un initié respire par une narine à la fois, en activant simultanément l'Ida ou le Pingala et les autres nadis. Le Sushumna n'est actif que lorsque la respiration passe par les deux narines, ce qui n'arrive que dix fois par heure si l'on respecte correctement la procédure. À ce moment-là, l'inspiration et l'expiration cessent ; les autres nadis interrompent leur fonctionnement ; et la kundalini (en particulier la kundalini Shakti) est à même de s'élever à travers le nadi Brahma. Au cours de l'ascension, elle s'harmonise à l'Ida, au Pingala et aux chakras qu'ils encerclent, en stimulant l'énergie chakrique. Sur la voie ascendante, l'Ida et le Pingala s'alternent à chaque chakra jusqu'à ce qu'ils gagnent l'Ajna, où ils rejoignent le Sushumna. Cette force ascendante est créée par la fusion des ions négatifs du prana et des ions positifs de l'apana, l'une des formes de la respiration.

On raconte que lorsque la respiration cesse au cours de ce processus, que l'on appelle le pranayama, le corps physique ne vieillit plus. En outre, les siddhi, ou pouvoirs, sont stimulés.

Un initié doit préparer son corps à ce processus de la kundalini. Les pratiques courantes de préparation englobent le recours à des asanas ou postures, la méditation, le jeûne, la purification des nadis et autres méthodes d'assainissement du corps. Si le corps n'est pas totalement prêt, la kundalini redescendra l'échelle, entraînant une expérience négative.

- **la couche externe** : le *Sushumna*. On considère que cette couche d'un rouge éclatant et difficile à percevoir existe en dehors du temps ;
- **la couche moyenne** : Le *Vajrini* ou *nadi Vajra*. Chatoyant, ce nadi présente deux natures contraires : le soleil et la toxicité ;
- **la couche interne** : Le *Chitrini* ou *nadi Chitra*, à la teinte pâle et lumineuse. Elle reflète la nature de la lune et la bonté céleste. Reliée aux rêves et aux visions, elle inspire les poètes et les peintres. Ce nadi s'achève au *Brahma Dvara*, la porte de Brahma, le Créateur. C'est ici que la kundalini voyage jusqu'à sa destination de repos finale dans le chakra Soma.

Au centre du Sushumna (ou des trois nadis qui le composent), se trouve le nadi Brahma, rivière de pureté. Ce nadi est relié au *Brahma Randhra*.



FIGURE 5.14

LE SUSHUMNA

Le Sushumna est le nadi central. Il se compose de trois nadis séparés et, en leur sein, du nadi Brahma ou rivière de pureté. Diverses écoles de pensée dépeignent le Sushumna de différentes façons, généralement de couleur rouge, transparente ou jaune. Cette représentation particulière reflète le point de vue de Harish Johari.

Rôle : le Sushumna sert de principal distributeur de prana aux organes d'énergie subtile et aux chakras. Il est généralement inactif lorsque les autres nadis sont actifs et opérationnel lorsque ceux-ci demeurent tranquilles. Il collabore également avec le flux de l'Ida et du Pingala pour réguler le souffle (*prana*) et activer l'ascension de la kundalini.

LE NADI IDA

Flux : il naît sous le chakra Muladhara mais on l'associe également au testicule masculin gauche. Il se termine à la narine gauche et est aussi stimulé par elle. Certaines écoles de pensée inversent l'origine et la fin de ce flux, en particulier lors de la première étape de l'activation de la kundalini.

Certains systèmes ésotériques associent ce nadi au système nerveux sympathique, parce qu'il se situe du côté gauche de la colonne vertébrale. D'autres encore le considèrent davantage comme un canal mental que comme un canal nerveux.

Rôle : il participe du canal gauche du système des nadis. Il relaye l'énergie pranique et mentale. Associé à la lune, on le considère comme un symbole féminin qui présente des fonctions analogues, telles que conserver l'énergie, favoriser la sérénité, apaiser le mental et accentuer le désir de maternité. De nature magnétique, il restitue l'énergie au cerveau. Par son association avec la lune, il renvoie au psychisme et à l'âme. Certains systèmes yogiques (comme celui du yoga Svara) recommandent de garder l'Ida (et la narine gauche) ouvert durant la journée, de façon à équilibrer l'énergie du soleil. Il se trouve en position dominante de la nouvelle lune à la pleine lune.

LE NADI PINGALA

Flux : il prend sa source sous le chakra Muladhara et se termine à la narine droite. Il est également activé via cette narine. L'accès consécutif aux énergies environnantes renforcerait le lien avec le moi supérieur.

FIGURE 5.15

LES PRINCIPAUX NADIS ET LEURS ÉNERGIES SPÉCIFIQUES

Nom	Emplacement	Fleuve	Couleur	Corps céleste	Symbolisme
Ida	Gauche	Gange	Jaune	Lune	Féminin

Pingala	Droite	Yamuna	Rouge	Soleil	Masculin
Sushumna	Centre	Sarasvati	Diamant	Feu	Transcendant

Rôle : il participe du canal droit du système des nadis. Il véhicule l’énergie pranique et mentale, principalement celle que l’on considère comme solaire. Associé au soleil, un symbole masculin, il fournit l’énergie nécessaire au mouvement et aux activités. Également rattaché à la vitalité et au pouvoir, il est de nature électrique, favorise la rapidité mentale et soutient les actions constructives. Certains systèmes yogiques recommandent de respirer par la narine droite pendant la nuit pour compenser l’énergie lunaire nocturne. Il se trouve en position dominante de la pleine lune à la nouvelle lune.

La véritable illumination dépend aussi de la fusion adéquate des énergies masculines et féminines. Le nadi Ida est essentiellement féminin et le nadi Pingala est considéré comme masculin. Ils sont représentés chacun par une couleur spécifique, un corps céleste et un fleuve définissant leurs propriétés. Le Sushumna est une combinaison de masculin et de féminin, et bien davantage encore. On le considère dès lors comme une énergie pure, semblable à un diamant, fonctionnant sous l’action de son propre feu. Le tableau ci-dessous représente les énergies descriptives de ces trois nadis et dresse également la liste des fleuves liés à chacune d’elles. Le fleuve correspondant raconte une histoire qui renvoie à la géographie hindoue. L’Ida est associé au Gange, le Pingala au Yamuna et le Sushumna au Sarasvati. Les Hindous croient que ces trois fleuves se mêlent pour former un site sacré – même si, techniquement, le Sarasvati ne rencontre pas les deux autres fleuves. Par sa faculté à participer de l’union de manière invisible, ils considèrent le Sarasvati comme le fleuve le plus saint du monde³²⁵. Le mariage géographique des cours d’eau est perçu comme la clé de l’unité de l’être.

LES NADIS SECONDAIRES

Vous trouverez ci-après une liste des nadis secondaires vous expliquant comment ils collaborent avec chacun des trois nadis principaux.

Gandhari

Flux : il part du coin de l’œil gauche et se termine au gros orteil du pied gauche.

Rôle : avec le nadi Hastajihva, le nadi Gandhari seconde le nadi Ida et forme le canal gauche. Il véhicule les énergies psychiques de la partie inférieure du corps vers le chakra Ajna.

HastaJihva

Flux : il part du coin de l’œil droit et se termine au gros orteil du pied gauche.

Rôle : avec le nadi Gandhari, il seconde le nadi Ida et forme le canal gauche. Il véhicule les énergies psychiques de la partie inférieure du corps vers le chakra Ajna.

Yashasvini

Flux : il part de l’oreille gauche et finit sa course au gros orteil du pied gauche.

Rôle : avec le nadi Pusha, le nadi Yashasvini complète le nadi Pingala. Ils forment à trois le canal droit.

Pusha

Flux : il circule entre l'oreille droite et le gros orteil du pied gauche.

Rôles : avec le nadi Yashasvini, le nadi Pusha seconde le nadi Pingala et forme le canal droit.

Alambusha

Flux : il prend sa source à l'anus et se termine dans la bouche.

Rôle : il fournit du prana pour l'assimilation et l'élimination des aliments. Il aide également à intégrer les idées et les pensées.



FIGURE 5.16

LE CADUCÉE DE LA KUNDALINI

Le caducée, souvent utilisé comme symbole de la pratique médicale, est élaboré d'après l'enroulement des nadis Sushumna, Ida et Pingala. Le serpent kundalini repose à la base de la colonne vertébrale, la source du nadi Sushumna. L'Ida et le Pingala convergent au niveau du nez, l'Ida provenant de la gauche et le Pingala de la droite. Ces deux nadis croisent le Sushumna par quatre fois et environnent également les chakras, ce qui ouvre ainsi la voie à l'ascension de la kundalini, une fois celle-ci activée.

Kuhu

Flux : il part de la gorge et se termine aux organes génitaux.

Rôle : il seconde le nadi Chitrini pour véhiculer le bindu (le bindu pris ici en tant que semence, différencié des forces bindus) et permet l'éjaculation. Certains exercices spirituels peuvent aider le sujet à retenir ses sécrétions sexuelles et réaliser ainsi le samadhi, ou état de non-dualité.

Shankhini

Flux : il commence dans la gorge et voyage ensuite entre le Sarasvati et le Gandhari avant de finir sa course dans l'anus.

Rôle : il est activé par la purification du côlon et de l'anus.

Sarasvati

Flux : il part du chakra Muladhara et se termine à la langue ; certaines sources affirment qu'il commence au niveau de la langue et s'interrompt aux cordes vocales.

Rôle : par des disciplines de purification, ce nadi aide à la manifestation : les paroles deviennent réalité. Il est responsable du partage des connaissances. Certains le considèrent comme le compagnon du Sushumna.

Payasvini

Flux : il voyage entre les nadis Pusha et Sarasvati et s'arrête à l'oreille droite. Du point de vue physique, il circule entre le lobe de l'oreille droite et les nerfs crâniens.

Rôle : les yogis activent ce nadi en portant des boucles d'oreille qui stimulent la partie du lobe reliée aux nerfs crâniens. L'accès consécutif aux énergies environnantes renforcerait le lien avec le moi supérieur.

Varuni

Flux : il part de la gorge, voyage entre les nadis Yashasvini et Kuhu et se termine à l'anus.

Rôle : en tant que nadi Pranavahi, il purifie le tronc inférieur de ses toxines, en collaboration avec l'apana, souffle particulier, et aide à l'excrétion. Perturbé, il provoque un afflux de vent, d'air ou d'inertie dans la région inférieure du corps.

Vishvodara

Flux : situé entre les nadis Kuhu et Hastajihva, il réside dans le nombril ou la région ombilicale.

Rôle : il aide à la digestion. Il stimule le pancréas et les glandes surrénales et, avec le Varuni, il distribue le prana à travers le corps, en particulier via le Sushumna.

PRANAYAMA : LE SOUFFLE VITAL

Il existe de nombreuses formes et types d'énergies dans le système traditionnel hindou. La plus fondamentale d'entre elles est le *prana*, qui signifie énergie, souffle ou force vitale. Il représente également l'air, l'esprit, l'énergie subtile ou les courants ascendants du corps.

La racine du terme *prana* est *pra*, qui signifie « remplir ». Le prana est par conséquent l'énergie qui baigne la totalité de l'Univers. On l'associe souvent à la force vitale de la respiration, qui envahit tout. Le prana est présent dans toute chose, animée ou non. Il représente le fondement du système énergétique hindou – et aussi de son plus important processus de développement, le *pranayama*.

Le pranayama est la science du souffle. Tandis que *prana* évoque la force vitale infinie, *ayama* signifie accroître, allonger ou contrôler. Le pranayama désigne dès lors la pratique consistant à se remplir de souffle, ou de vie, de manière contrôlée. En pratique, le pranayama est un ensemble d'exercices respiratoires destinés à amener davantage d'oxygène au cerveau, à activer le système énergétique et à contrôler l'énergie vitale dans le corps.

La respiration est une activité à la fois neurologique et motrice qui soutient l'ensemble des systèmes corporels. L'oxygénation est essentielle à la santé du corps, mais également à celle de l'esprit. La phase d'expiration de la respiration libère quant à elle les déchets et les toxines.

Dans la vie de tous les jours, nous prenons entre 10 et 16 respirations par minute ; au repos, entre

6 et 8. Nous alternons nos respirations par les narines, en utilisant l'une ou l'autre. Pendant ces cycles, différents éléments prédominent. Chaque chakra se trouve vitalisé lorsque l'élément qu'il requiert l'emporte sur les autres.

Lorsque l'on évalue le souffle à son rythme quotidien le plus lent (10 respirations par minute ou 600 par heure), il se produit le phénomène suivant : quand une narine prime sur l'autre, l'élément air prévaut pendant 8 mn ; puis le feu pendant 12 mn ; la terre pendant 20 mn ; l'eau pendant 16 mn ; et enfin l'éther pendant 4 mn. Les chakras se relayent également durant cette période, en passant du quatrième au troisième, au premier, au second et finalement au cinquième. Les nadis sont actifs à ce moment-là, à l'exception du Sushumna, qui s'active à la dernière minute (ou à la dixième respiration) de l'heure, lorsque les deux narines fonctionnent de concert. Cette phase n'est pas liée à l'ascension de la kundalini.

Un yogi hindou ou tantrique passe un temps considérable à apprendre comment réguler sa respiration, car il s'agit là du principal processus d'activation de la kundalini. L'on y parvient en alternant et en maintenant des positions corporelles, en calculant le rythme et le nombre de ses respirations et en travaillant différents types de souffle. Un praticien désirant activer sa kundalini pourrait, par exemple, respirer par une narine à la fois ou par les deux, par la bouche ou alterner la cadence des inspirations et expirations. Combiné aux asanas, ou postures, le pranayama développe la chaleur interne, nécessaire pour éveiller le serpent endormi.

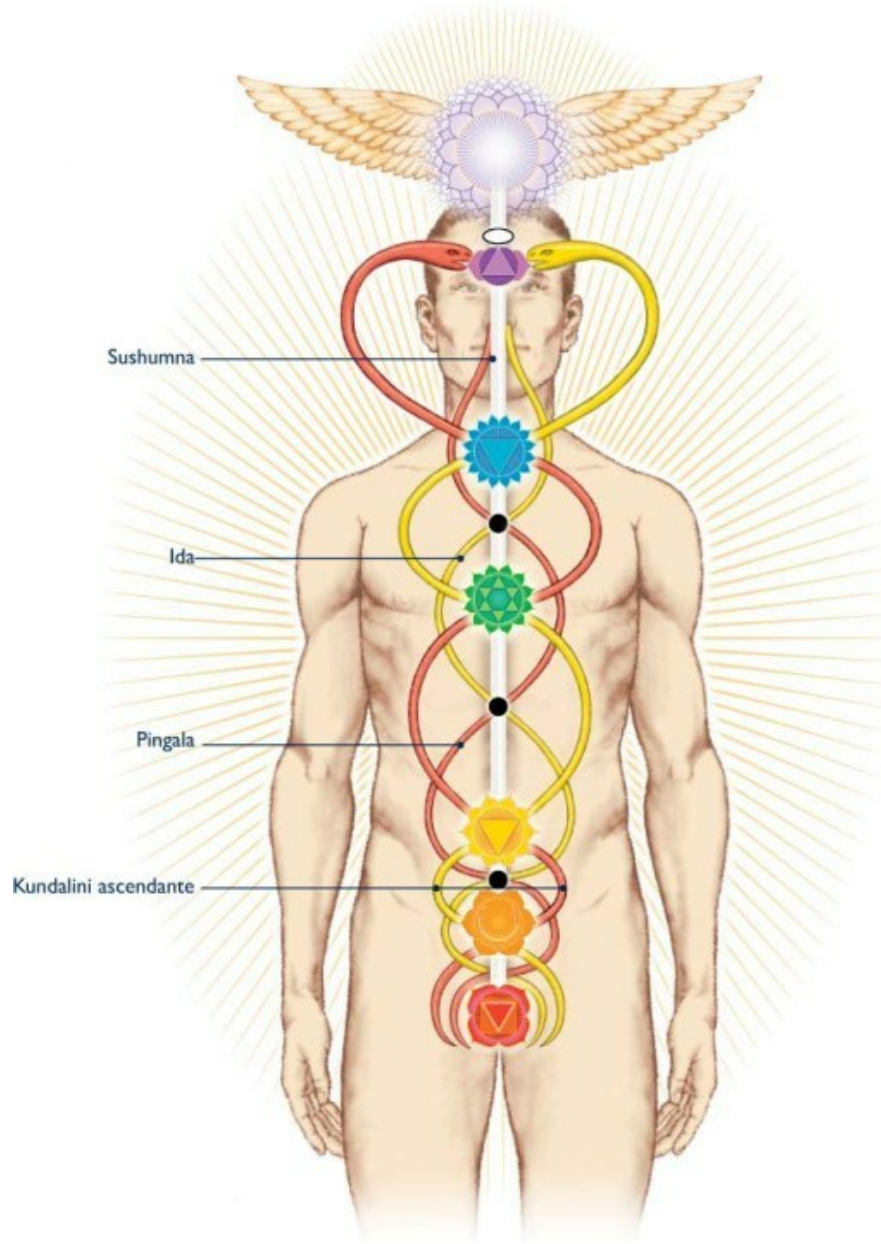


FIGURE 5.17

LES TROIS NADIS PRINCIPAUX

Il existe quatorze nadis principaux ou canaux énergétiques qui relient les chakras entre eux et contribuent à l'ascension de la kundalini. Les trois nadis principaux sont illustrés ci-dessus.

AU-DELÀ DES CHAKRAS : L'ALIGNEMENT DES CORPS ÉNERGÉTIQUES HINDOUS

Tout système énergétique comporte des corps énergétiques qui transcendent les chakras, si nombreux pour certains qu'il est difficile de les dénombrer tous. Dans le système hindou classique, il existe trois corps énergétiques fondamentaux, qui interagissent avec cinq gaines, ou *koshas*, en renvoyant aux différents niveaux de réalité. Examinons ces dimensions et voyons comment elles se rattachent au système hindou dans son ensemble.

L'*Upanishad de la Taittiriya* décrit cinq corps ou gaines appelées *koshas* qui « recouvrent » ou renferment notre conscience supérieure. Les *koshas* émanent de trois corps d'incarnation : des corps d'énergie subtile qui gouvernent différents niveaux de développement et les *koshas*.

Les *koshas* constituent des couches, ou voiles, qui naissent avec le corps matériel et se transcendent aux royaumes éthériques. Vous pouvez vous les imaginer comme des cercles qui se dilatent toujours plus vers l'extérieur. L'évolution d'un *kosha* à un autre se produit quand la kundalini

remonte l'échelle des chakras – ce qui arrive lorsque notre être principalement physique évolue jusqu'à devenir spirituel. Cette progression vers l'illumination passe par la concentration sur les choses les plus ordinaires de la vie, telles que l'alimentation, la respiration, le mouvement et la pleine conscience, ainsi que le renforcement de notre sagesse supérieure.

Il existe trois corps d'incarnation (*sariras*) correspondant aux koshas. Ce sont :

- le corps ordinaire (*sthula sarira*), ou corps physique, composé des cinq éléments ;
- le corps subtil (*sukhma sarira*) qui renferme les chakras et les nadis ;
- le corps causal (*karana sarira*), véhicule de notre âme.

LES CINQ PRANAS

Il existe cinq types de prana, air ou souffle, également graphiés vayus ou pranavayus³²⁶.

Prana : il envahit la tête, le cœur, les poumons et la gorge. Il s'agit du souffle vital premier et il est présent dans l'air entrant et sortant par notre nez. Il régit l'inspiration, l'éternuement, le crachement, l'éruption et la déglutition. Notre prana personnel représente notre part de la force vitale cosmique avec laquelle nous gérons nos processus énergétiques, en particulier ce que nous absorbons des aliments et de l'eau, de nos cinq sens, par la respiration, et les idées que nous puisons à notre mental.

Udana : situé dans la tête et la gorge. L'udana régit l'expiration et le langage. À notre mort, il attire notre conscience vers le haut et à l'extérieur du corps.

Vyana : irrigue l'ensemble du corps. Il initie le mouvement dans les systèmes nerveux circulatoire et lymphatique. Il véhicule l'énergie à la périphérie du corps via les nadis.

Samana : situé au nombril et dans l'intestin grêle, le samana digère, assimile et chauffe les aliments et les énergies entrantes. Il assure la même fonction pour nos impressions, pensées et idées.

Apana : situé dans le côlon. L'apana régit les impulsions descendantes, dont l'expiration, la miction, l'excrétion, l'élimination, la menstruation, la naissance et les activités sexuelles. Il joue un rôle essentiel dans l'ouverture du nadi Brahma et le mouvement de la kundalini.

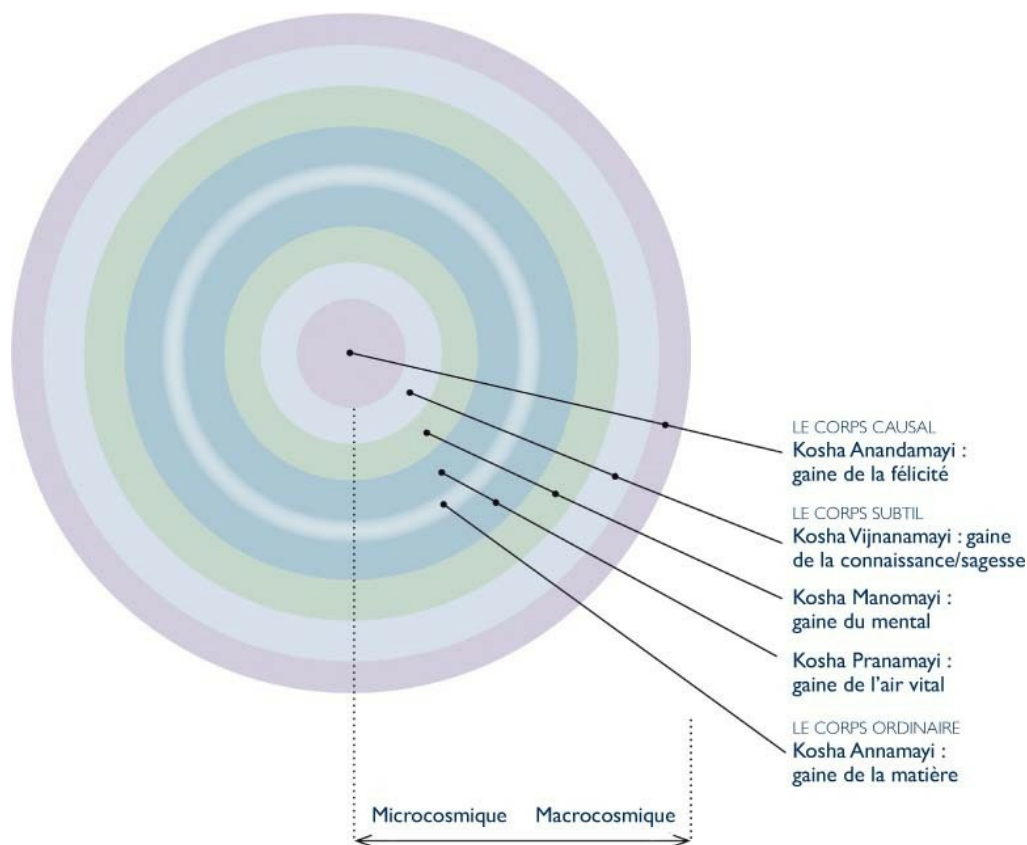


FIGURE 5.18

LES KOSHAS

Les koshas constituent des couches, ou voiles, qui œuvrent à différents niveaux, en décrivant des cercles autour du moi intérieur et en s'en éloignant toujours plus. L'on considère habituellement que ces cinq couches ou gaines de la conscience naissent avec le kosha le plus matériel et se transcendent au niveau du plus éthéré. Un autre point de vue fait entendre que les koshas émergent de l'état spirituel ou de la plus haute vibration, ou niveau de béatitude, et se déplacent ensuite vers le niveau le plus matériel. Pendant que les énergies passent du subtil au matériel, la matière grimpe à nouveau vers le subtil. On peut donc concevoir les koshas comme agissant constamment à un niveau à la fois microcosmique et macrocosmique.

La description suivante des koshas s'organise d'après ces trois corps d'incarnation. Certains systèmes qualifient cependant le corps subtil de « corps astral » et enseignent que le corps ordinaire renferme le premier kosha ; le corps astral le second, le troisième et le quatrième ; et le corps causal le cinquième. De ce point de vue, le corps astral est relié au corps physique par un fin rayon, que certaines traditions nomment le cordon d'argent.

Une fois coupé, le corps meurt. Voici une description des koshas et de leur emplacement dans les trois corps ; de leur progression telle que nous l'avons abordée plus tôt dans cette section ; et des méthodes traditionnelles et de mesure contemporaines utilisées pour évoluer à travers chaque kosha.

LE CORPS ORDINAIRE

Le kosha Anandamayi : gaine de la matière

Description de base : le corps cellulaire. Lorsque nous prenons conscience de notre corps physique, nous établissons notre base dans le *sthula sarira*, ou corps tangible, alimenté par la nourriture. Un carburant adéquat – provenant des aliments – constitue donc le remède principal aux affections du corps : tous les koshas sont nourris par les éléments traditionnels hindous.

Outils traditionnels : les asanas ou mouvements physiques, dont les gestes accomplis avec les mains, connus sous le nom de *mudras*, et le régime alimentaire. C'est à ce kosha que l'ayurvêda, système

médical yogique, doit l'importance qu'il attache à l'alimentation.

Méthodes contemporaines : outre les exercices, se nourrir sainement, utiliser l'air et l'eau comme purificateurs et filtres, et découvrir les pratiques de guérison énergétique et physique traitées dans ce livre.

LE CORPS SUBTIL

Le kosha Pranamayi : gaine de l'air vital (ou prana)

Description de base : le corps mental. Cette gaine soutient l'activité mentale et psychique et la conscience personnelle. On la considère parfois comme le siège des nadis. De nombreux systèmes placent les chakras dans ce kosha. L'ayurvêda associe ce kosha à l'air et au *dosha* du nom de *vata* (les doshas sont décrits plus en détails dans « L'ayurvêda » dans la sixième partie). Après nous être concentrés sur le corps, nous nous focalisons sur le souffle.

Outils traditionnels : interviennent généralement à ce niveau une discipline et des méthodes respiratoires comme celles soulignées dans « La méthode en huit étapes du yoga de Patanjali » à la page 253. Le but est d'activer les cinq formes de *vata* ou *vayu* – l'air. Les techniques courantes de développement des nadis englobent l'asana, la méditation, le travail respiratoire, la visualisation, les mantras ou le chant, et la purification du corps.

Méthodes contemporaines : toutes celles citées ci-dessus, y compris l'utilisation pratique d'appareils purificateurs d'air dans les bureaux et à la maison, et le recours à un outil rythmique (son, musique, etc.) pour aider à asseoir la respiration rythmique.

Le kosha Manomayi : gaine du mental

Description de base : centré sur le fonctionnement mental, l'imagination et le système nerveux. Il se focalise sur la compréhension et le contrôle des neuf humeurs différentes ou *rasas* – autrement dit, nos tendances à la dépression, à l'inquiétude, à l'anxiété, à la distraction, à la rumination mentale et autres. L'ayurvêda associe ce kosha au dosha *pitta* et à son élément, le feu. Il se désactive durant le sommeil.

LES SIDDHI : POUVOIRS RELEVANT DES CORPS SUBTILS

Lorsque nous développons les cinq corps subtils, nous invitons les siddhi, ou « pouvoirs miraculeux », à s'éveiller. Ces extraordinaires facultés que manifestent, dit-on, les yogis et les gourous, regroupent la lévitation, le don de guérison, les talents psychiques et l'invisibilité.

L'on peut ouvrir les siddhi en se concentrant sur l'emplacement des corps subtils, en plus de l'élément, de la forme, de la syllabe et de la déité qui lui sont liés. Ce tableau met en évidence les relations entre les corps subtils, leurs associations et les siddhi spécifiques³²⁷.

Le processus de transformation comprend plusieurs des étapes suivantes, données pour chaque corps subtil. Pour parvenir à l'éveil d'un siddhi, un aspirant doit pouvoir réaliser ce qui suit :

1. Se concentrer sur l'emplacement corporel physique du corps subtil ;
2. S'harmoniser en lui-même à l'élément ;
3. Suspendre son souffle. Pendant ce laps de temps (environ trois minutes), connecter sa respiration à un élément en dehors du moi. S'il s'agit de la terre, se relier au sol ; si c'est l'air, se relier au ciel ;
4. Acquérir une perception intuitive de cet élément ;
5. Visualiser, dans le moi, le mandala ou symbole associé à cet élément, accompagné de sa syllabe ;

- 6. Émettre la syllabe ;
- 7. Recevoir une révélation d’une déité associée à cet élément ;
- 8. Méditer sur cette déité jusqu’à ce que le praticien se libère complètement de la peur de périr par cet élément³²⁸.

Certains cercles spirituels pensent qu’il est dangereux d’ouvrir les siddhi, parce qu’ils écarteront l’étudiant de sa voie spirituelle, le mèneront à l’arrogance ou à défier les dieux. Beaucoup, cependant, affirment que ces pouvoirs surnaturels ne sont pas l’apanage de quelques élus : ils sont latents en nous tous.

FIGURE 5.19
LES POUVOIRS SIDDHI

Emplacement du corps subtil	Élément	Forme	Syllabe	Déité	Avantage
Entre les pieds et les genoux	Terre	Carré jaune	Lam	Brahma	Victoire sur la mort terrestre
Entre les genoux et l’anus	Eau	Croissant blanc	Vam	Vishnou	Aucun risque de mourir par l’eau
Entre l’anus et le cœur	Feu	Triangle rouge	Ram	Rudra	Aucun risque de mourir par le feu
Entre le cœur et les sourcils	Air	Hexagone noir	Yam	Isvara	Pouvoir de se déplacer dans l’air comme le vent
Entre les sourcils et le sommet de la tête	Éther	Cercle bleu	Ham	Shiva	Pouvoir de voyager à travers l’espace cosmique

Outils traditionnels : travail respiratoire, méditation, utilisation de mantras ou de chants, visualisation, retrait des sens.

Méthodes contemporaines : toutes les méthodes traditionnelles ainsi que le recours à une thérapie en santé mentale, des outils libérateurs d’énergie comme la technique de libération émotionnelle (TLE) ou d’autres procédés thérapeutiques tels que ceux décrits dans la sixième partie.

Le kosha Vijnanamayi : gaine de la connaissance (ou sagesse)

Description de base : la sagesse est une connaissance qui transcende la perception sensorielle. C’est ici que siègent l’intellect (*buddhi*) et le sens du moi (*ahamkara*). Au niveau de cette gaine, nous passons du stade de la compréhension de l’ego, confinés que nous sommes dans le temps et l’espace, à celui de la conscience pure

Outils traditionnels : cultiver le détachement, ce qui ne se produit qu’après avoir harmonisé les trois premiers corps. Cela consiste à adopter l’attitude d’observateur sans faire intervenir d’émotions.

Méthodes contemporaines : l’étude du point zéro et d’autres champs universels pour évaluer sa place dans l’Univers. Comprendre également le phénomène de l’observateur : celui-ci influence le résultat, comme nous l’avons vu dans la première partie.

LE CORPS CAUSAL

Le kosha Anandamayi : gaine de la félicité

Description de base : il s’agit davantage d’un état que d’un plan, dans lequel nous réalisons la conscience non duelle – la rencontre de Shakti et de Shiva au septième chakra et l’ascension vers

l'illumination. De nombreux Hindous pensent que l'on peut interrompre le vieillissement du corps et activer les pouvoirs siddhi à ce niveau. Cette gaine est liée au corps causal, que l'on appelle également le corps originel. Pensez à un gland : il renferme les codes et les plans directeurs du chêne. De la même façon, nous détenons en permanence les secrets de notre propre réalisation, mais n'avons pas suffisamment progressé dans le moi véritable. Le corps causal renferme ces semences, dont les problèmes karmiques – sur lesquels nous devons travailler pour évoluer et nous transformer.

Outils traditionnels : on peut atteindre cette gaine par le développement yogique et l'ascension de la kundalini, ainsi que par le don de soi, la concentration sur le divin et la méditation concentrative profonde.

Méthodes contemporaines : les méthodes citées plus haut, ainsi qu'apprendre comment fixer – et manifester – son intention.

LES CORPS ÉNERGÉTIQUES DES AUTRES CULTURES

Il existe des centaines, voire des milliers, de systèmes énergétiques actifs dans le monde dont un bon nombre regroupe ou fait allusion aux chakras et autres corps énergétiques. La série de systèmes qui suit représente certaines des diverses manières d'appréhender le cosmos d'énergie subtile que nous abritons.

LE MODÈLE CHAKRIQUE DU BONPO HIMALAYEN : UN SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE TIBÉTAIN

Ce modèle, prôné par l'enseignant (lama) contemporain Tenzin Wangyal Rinpoché, considère les chakras comme des centres *praniques* ou d'énergie vitale. Il existe six centres principaux, chacun d'eux étant lié à l'un des six royaumes de l'existence ou *lokas*. Un individu pratique le yoga pour exploiter les qualités positives latentes dans ses chakras, en utilisant souvent le son et la visualisation sous la forme de « semences verbales » (mantras) ainsi que des gestes symboliques et autres techniques pour éveiller ces pouvoirs chakriques endormis³²⁹.

Le Bön est la deuxième religion la plus répandue au Tibet ; la tradition orale affirme qu'elle naquit il y a plus de 17 000 ans, bien que les érudits contemporains la fassent remonter à une date bien plus tardive. Au cours des siècles, les enseignements d'origine ont connu trois périodes de développement majeures. Vu qu'ils débutèrent dans l'Himalaya tibétain, on les qualifie parfois de système du Bonpo himalaya (ou autres graphies similaires) ou de système tibétain. Ils sont également liés à de nombreuses pratiques de yoga et on les considère comme une discipline tantrique ou basée sur le corps. Le tantra constitue une méthode visant à atteindre l'illumination par des pratiques spirituelles.

Le Bön énonce neuf catégories d'enseignements, que l'on appelle aussi les Neuf Voies ou Neuf Véhicules. Chaque catégorie possède ses propres caractéristiques, pratiques et résultats. Les niveaux inférieurs regroupent la médecine et l'astrologie et le plus élevé est qualifié de « Grande Perfection », le véhicule menant à l'illumination. La réalisation ultime des pratiques bön correspond à l'accomplissement du « corps arc-en-ciel » au moment de la mort, où l'adepte libère les cinq éléments bruts et les transforme en lumière pure. Le corps dispense dès lors une lumière multicolore ou le corps arc-en-ciel. L'être n'est plus limité par la dualité, comme la vie et la mort³³⁰.

Les cinq éléments, semblables à ceux que l'on trouve dans beaucoup d'autres systèmes

thérapeutiques basés sur la spiritualité, sont l'objet principal de la méthode de guérison tibétaine. Perçus, par rapport au corps, comme mesurables ou substantiels, ils tirent leur origine de la Grande Mère (la Créatrice) en tant qu'énergies subtiles. À leur état premier, on les appelle les cinq lumières pures et une couleur représente chacun d'eux. Les éléments et leur couleur sont :

- espace, blanc ou incolore
- air, vert
- feu, rouge
- eau, bleu
- terre, jaune

L'on parvient à la guérison en équilibrant les éléments qui se dérèglent pour de nombreuses raisons et provoquent la maladie. Selon Tenzin Wangyal Rinpoché, le blocage et la maladie des éléments sont principalement dus aux émotions négatives. En transformant positivement la perception négative d'une expérience, on améliore sa santé et on encourage également sa croissance spirituelle. La méthode tibétaine utilisée pour altérer les perceptions consiste à effectuer des pratiques sur les six royaumes (ou niveaux) de l'existence, les *lokas*, qui représentent des dimensions ou des plans ainsi que des catégories d'êtres sensibles.

Chacun de ces six royaumes existe en nous et est relié à un chakra particulier. Dans certaines circonstances, sous l'influence du karma ou du destin, un loka « s'ouvre » dans l'intimité d'une personne, qui éprouve ensuite les émotions et les perceptions des êtres qui résident dans ce royaume. Le loka lui confère dès lors une expérience négative, qui peut être annulée ou même transformée en travaillant sur le chakra correspondant. Dans le système tibétain, les chakras sont des carrefours énergétiques de canaux ordinaires, subtils ou très subtils, dont le nombre varie entre 84 000 et 360 000 selon l'approche. Il existe trois canaux principaux, le canal central et les deux canaux latéraux, et ils véhiculent tous le prana ou énergie vitale. La santé dépend du flux de cette énergie.

LE SYSTÈME TIBÉTAIN DES SIX CHAKRAS

Le système chakrique tibétain compte six chakras, chacun d'eux étant associé à un loka ou plan d'existence différent ainsi qu'à l'un des cinq éléments de la tradition énergétique tibétaine. Chaque loka et chaque élément sont rattachés à une couleur particulière. Les chakras sont situés à la base des pieds, à dix centimètres sous le nombril, au niveau du nombril, du cœur, de la gorge et au sommet de la tête.

L'une des façons de purifier un chakra et d'améliorer le flux pranique est de travailler avec les syllabes semences, à la fois en les prononçant et en les visualisant. Dans le système hindou, tous les chakras, à l'exception du septième, le Sahasrara, possèdent des semences verbales, bien que l'on entende parfois que le septième chakra est en résonance avec OM. Dans le système tibétain bön, enseigné par Tenzin Wangyal Rinpoché, chaque chakra possède une syllabe semence représentant l'un des cinq éléments, une autre évoquant le royaume ou loka de ce chakra, et une autre encore désignant le bouddha particulier dont les qualités positives peuvent purifier la négativité de ce royaume³³¹. Ce n'est là qu'une des nombreuses pratiques énergétiques des traditions bouddhiste et tibétaine bön. Nous vous renvoyons à la *figure 5.20* pour une description des syllabes semences de chaque chakra et de leurs associations respectives. Il est conseillé à toute personne désirant pratiquer cette méthode de recevoir une transmission de l'enseignement d'une source authentique.

UNE APPROCHE TANTRIQUE DE L'ILLUMINATION : DAME YÉSHÉ TSOGYAL

En tant que pratique proprement dite, le Tantra fut à l'origine développé en Inde entre 500 et 1300 ap. J.-C. Le mot signifie en sanscrit « tissu » et représente le lien – semblable aux mailles d'un tissu – entre les opposés, comme le corps et l'esprit ou le masculin et le féminin. Le tantra consiste essentiellement en une série de rituels de purification et, en tant que tel, plusieurs disciplines spirituelles l'ont intégré au cours des âges, dont de nombreux systèmes hindous et bouddhistes.

Les systèmes adoptant les processus tantriques sont souvent davantage semblables que dissemblables. Le système tibétain bön (Bonpo himalayen) se montre tantrique dans son approche et partage maintes caractéristiques communes avec plusieurs procédures, parmi lesquelles celles décrites dans *La Vie de Yéshé Tsogyal*³³². L'ouvrage, traduction d'un texte bouddhiste datant d'il y a plus de mille ans, présente la véritable histoire de Dame Yéshé Tsogyal, connue comme la première Tibétaine à avoir pleinement atteint l'illumination. En suivant une voie bouddhiste, Yéshé Tsogyal devint une gourou au pouvoir substantiel. Sa méthode de purification reflète celle décrite dans le système tibétain bön et implique l'entreprise d'une progression ascendante en douze étapes le long de la colonne vertébrale, faisant intervenir les *douze nidanas*.

Les douze nidanas constituent une chaîne de phénomènes causals menant à de futures réincarnations et souffrances. L'on peut analyser et dénouer ces problèmes (ou liens) interdépendants de différentes façons ; Yéshé Tsogyal l'a accompli en faisant remonter l'énergie de la *bodhicitta*, ou aspirations à l'Éveil, le long de la colonne vertébrale, en s'arrêtant à chacun des douze « points d'ancrage » ou centres d'énergie de la colonne. Sa méthode libère le « vent » ou énergies subtiles via un processus d'union avec le gourou Padmasambhava, qui diffusa la pratique au Tibet au cours du VIII^e siècle.

LE SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE MAYA

L'ancienne religion maya constituait une véritable « science spirituelle » en regroupant divers domaines d'étude dont les mathématiques, la géométrie, l'astronomie, la médecine, la philosophie et la cosmologie. Le plus souvent, ses principes et systèmes énergétiques reflétaient ceux des anciens Hindous ; en fait, il se pourrait même qu'ils les aient précédés³³³.



FIGURE 5.20

LE SYSTÈME TIBÉTAIN DES SIX CHAKRAS

La tradition tibétaine définit six chakras, chacun d’eux représentant un élément et un loka, ou royaume de l’existence. Chaque chakra est associé à une émotion négative particulière et à un bouddha dont les qualités positives peuvent purifier ou neutraliser le caractère néfaste de ce loka. En vue d’assainir les lokas, le praticien visualise pour chaque chakra les syllabes de l’élément et du loka ainsi que la syllabe primordiale « A » représentant tous les bouddhas possibles, pendant qu’il chante un mantra contenant les syllabes des bouddhas des six royaumes. En pratique, beaucoup d’autres images détaillées accompagnent la visualisation.



CHAKRA : GORGE

Syllabe primordiale : A

Antidote : paix

Syllabe semence du loka : SU

Loka : royaume du dieu jaloux

Émotion négative : orgueil

Syllabe semence de l'élément : DRUM

Élément : les cinq éléments



CHAKRA : NOMBRIL

Syllabe primordiale : A

Antidote : sagesse

Syllabe semence du loka : TRI

Loka : royaume animal

Émotion négative : ignorance

Syllabe semence de l'élément : MAM

Élément : eau



CHAKRA : PIED GAUCHE

Syllabe primordiale : A

Antidote : amour

Syllabe semence du loka : DU

Loka : royaume infernal

Émotion négative : haine

Syllabe semence de l'élément : YAM

Élément : air



CHAKRA : COURONNE

Syllabe primordiale : A

Antidote : compassion et effort joyeux

Syllabe semence du loka : A

Loka : royaume divin

Émotion négative : égoïsme/léthargie

Syllabe semence de l'élément : HAM

Élément : espace



CHAKRA : CŒUR

Syllabe primordiale : A

Antidote : ouverture

Syllabe semence du loka : NI

Loka : royaume humain

Émotion négative : jalousie

Syllabe semence de l'élément : KHAM

Élément : terre



CHAKRA : PIED DROIT

Syllabe primordiale : A

Antidote : amour

Syllabe semence du loka : DU

Loka : royaume infernal

Émotion négative : haine

Syllabe semence de l'élément : YAM

Élément : air



CHAKRA : SECRET

(10 cm en-dessous du nombril)

Syllabe primordiale : A

Antidote : générosité

Syllabe semence du loka : TRI

Loka : royaume du fantôme affamé

Émotion négative : avidité

Syllabe semence de l'élément : RAM

Élément : feu

Au sommet de leur culture, les Mayas définirent une anatomie énergétique évoquant des chakras, des forces, des déités et une symbologie semblable à celle du système énergétique hindou. Un ancien poète védique, Valmiki, auteur de deux des textes hindous les plus sacrés (le *Ramayana* et le *Mahabharata*) déclara que les Mayas Nagas amenèrent leur culture en Inde³³⁴. Dans son livre *Religion / Science / Maya*, l'auteur maya Hunbatz Men ajoute que les Mayas Nagas diffusèrent leur culture dans d'autres régions d'Asie ainsi qu'en Afrique, où on les appelait *Mayax*, d'après un prêtre historien égyptien³³⁵.

De façon similaire aux peuples de confessions juive et chrétienne, les Mayas s'identifiaient à un arbre vivant. La Kabbale juive se base sur l'« Arbre de Vie », dont émanent des corps énergétiques qui encouragent la réalisation de la conscience supérieure. Les Mayas suivaient une voie d'illumination semblable pour accéder aux facultés cosmiques de Kukulcan, dieu serpent comparable au serpent de la kundalini hindou et prédécesseur du Quetzalcoatl aztèque.

L'on enseignait aux jeunes initiés mayas comment gérer leur énergie physique et mentale. Ils appelaient leur esprit *k'inan*, ou « d'origine solaire ». Ils pouvaient atteindre l'état de Kukulcan en apprenant comment transformer l'énergie sacrée en corps et en esprit, ce qu'ils firent en développant les sept pouvoirs résidant dans le corps.

Ces sept pouvoirs étaient représentés sur les 21 000 sites sacrés de leur territoire par des dessins, des sculptures, des gravures et des histoires. Le sept était un chiffre puissant pour les premiers Mayas, évocateur de leurs origines autoproclamées galactiques. De même que les Cherokees (voir plus loin « Le système énergétique tsalagi [cherokee] »), de nombreux Mayas croyaient qu'ils provenaient des étoiles et s'étaient établis sur la Terre.

Les sept pouvoirs ou forces étaient parfois qualifiés de *chacla*, terme semblable au « chakra » hindou. Pour les anciens Mayas, les chakras étaient liés à la voie lactée et à son mouvement. On remonte et éclaire un à un les sept centres, en partant du centre premier. Chacla signifie également « ceci mon rouge », ce qui renvoie à la couleur du centre primordial. Comme les Hindous, les Mayas situaient le premier chakra dans la zone coccygienne.

Les Hindous représentent les chakras par des fleurs (lotus) et les Mayas emploient le terme *lol*, qui signifie « fleur ». *Lil* renvoie à la vibration et le *o* réfère à la conscience spirituelle. Nous revenons à l'idée que tout est vibration dans l'Univers. Comme le faisaient les anciens Hindous, les Mayas utilisaient des mots, des sons, la géométrie, la respiration et autres moyens pour leur permettre de réveiller leurs pouvoirs endormis.

LE SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE TSALAGI (CHEROKEE)

De nombreuses cultures indigènes détenaient un savoir sur les énergies subtiles ; on trouve parmi elles les traditionnels Tsalagis, terme amérindien désignant les peuples cherokees d'Amérique du Nord. L'auteur Dhyanî Ywahoo partage ce savoir sacré dans son livre *Sagesse amérindienne*. Elle reçut ces connaissances tribales de ses grands-parents, Nellie Ywahoo et Eonah Fisher ; elles se transmettent depuis ving-sept générations³³⁶.

Les Tsalagis puisent leurs racines dans les Pléiades. Leur savoir d'un autre monde est appelé le « Feu de la Sagesse ». Il s'agit d'un entrelacement complexe de concepts, de naturalisme, d'associations mystiques, et de ce que l'on qualifierait aujourd'hui de physique quantique et mécanique. Ils attribuent nombre de leurs préceptes aux enseignements de « l'Homme Pâle » qui arriva aux Smoky Mountains en 837 av. J.-C. Il était né d'une « femme qui ne connut pas d'homme », dont la grand-mère avait rêvé de tels miracles. L'enfant était considéré comme la « semence des étoiles », revenant pour exhorter les gens à entretenir de bonnes relations avec eux-mêmes et les autres.

À l'instar de l'hindoue, l'histoire tsalagi débute par la Terre. La Terre est un réseau de méridiens, de grilles et de connexions ; le corps physique les reflète. Les Tsalagis attachaient également une grande importance aux arbres, les percevant comme des transmetteurs de vibrations lors des contacts permanents qu'entretenaient les êtres vivants et les étoiles. Le pin blanc est considéré comme un symbole de vie et de la transformation de la violence en paix, ses racines pénétrant profondément dans le sol, où il recueille des impulsions ondulatoires qui sont ensuite libérées dans l'atmosphère,

en initiant le cerveau humain aux fréquences de la terre³³⁹.

Les Tsalagis croient en l'existence d'un flux de manifestation de l'esprit vers la matière. Le monde matériel fut tissé à partir d'un royaume de lumière du nom du Galunlati, par la grâce de la Femme Étoile, fille du père de toute chose³⁴⁰. La croyance fondamentale est qu'il existe cinq principes, cinq sons et cinq fleuves colorés et sonores qui traversent le nombril. Ces énergies circulent de l'une à l'autre, du vide au son (également appelé intention), de l'intention à la sagesse, et de la sagesse à l'amour.

Ces trois idées (intention, sagesse et amour) sont les reflets des bindus hindous, ou pointes du triangle sacré, la figure géométrique qui donne vie à la forme.

Pour les Tsalagis, cinq sons émanent de la vacuité. Ces tonalités relient les hémisphères gauche et droit de notre cerveau et peuvent contribuer à la guérison. Chaque organe du corps entre en résonance avec l'une de ces notes, qui parcourent un cycle ou gamme pentatonique – ce qui se produit fréquemment dans les cultures indigènes (*Penta* signifie « cinq »). Nous recueillons le mouvement de ces sons et de ces harmonies – ces chants – via le sommet de notre tête et la base de notre colonne vertébrale. Une fois accordées et intensifiées par le cœur, ces harmonies ouvrent à une conscience supérieure ; c'est là un processus alchimique encourageant une transformation énergétique³⁴¹.

LA NUMÉROLOGIE TSALAGI

Les symboles numériques ont une importance sur la voie sacrée du peuple tsalagi (cherokee). On les associe également à une couleur, un but spirituel particulier et une pierre. Le chiffre 1, par exemple, est représenté par un cercle et considéré comme la source primordiale de la vie. Dépeint comme une lumière blanche virant au bleu, le 1 encourage la volonté personnelle et peut aider à clarifier et guérir des problèmes liés à l'individualité. Son pouvoir se reflète dans un cristal de quartz. Le chiffre 9 est symbolisé par une étoile à neuf branches et évoque la structure de la conscience universelle. Invitant à l'illumination, le 9 est de teinte opaline et accessible via une opale de feu³³⁷. Le zéro représente le « Grand Mystère », le potentiel non manifesté que nous détenons tous³³⁸.

Biorésonance

D'après la sagesse tsalagi, deux coquilles enveloppent la Terre. La coquille extérieure est solaire ; la coquille intérieure est lunaire. Des « boucliers de vent » ou forces énergétiques se déplacent dans ces coquilles en fonction des plaques tectoniques et des marées, et provoquent des changements dans le champ magnétique terrestre. Les courants lunaires répondent au bouclier lunaire qui entoure la Terre, tandis que les courants solaires de la colonne vertébrale reflètent les déplacements du bouclier de vent solaire externe. En outre, d'autres couches d'énergie environnent la Terre, dont un champ électromagnétique et un « réseau fulgurant » qui véhicule les énergies dans et entre les couches. Dans le système tsalagi, notre corps est structuré de la même façon. Les énergies solaires et lunaires se déplacent dans et à travers notre colonne vertébrale en décrivant des spirales, pendant que notre système nerveux transmet les énergies de la même manière que le réseau fulgurant. Le swastika, dont les barres tournent dans le sens anti-horaire, représente ces mouvements. Les systèmes humain et terrestre fonctionnent tous deux en « biorésonance », ou par une harmonisation biologique. En pratique, la responsabilité humaine dans cet échange énergétique est assumée en reconnaissant de manière consciente les éléments qui élaborent toute vie.

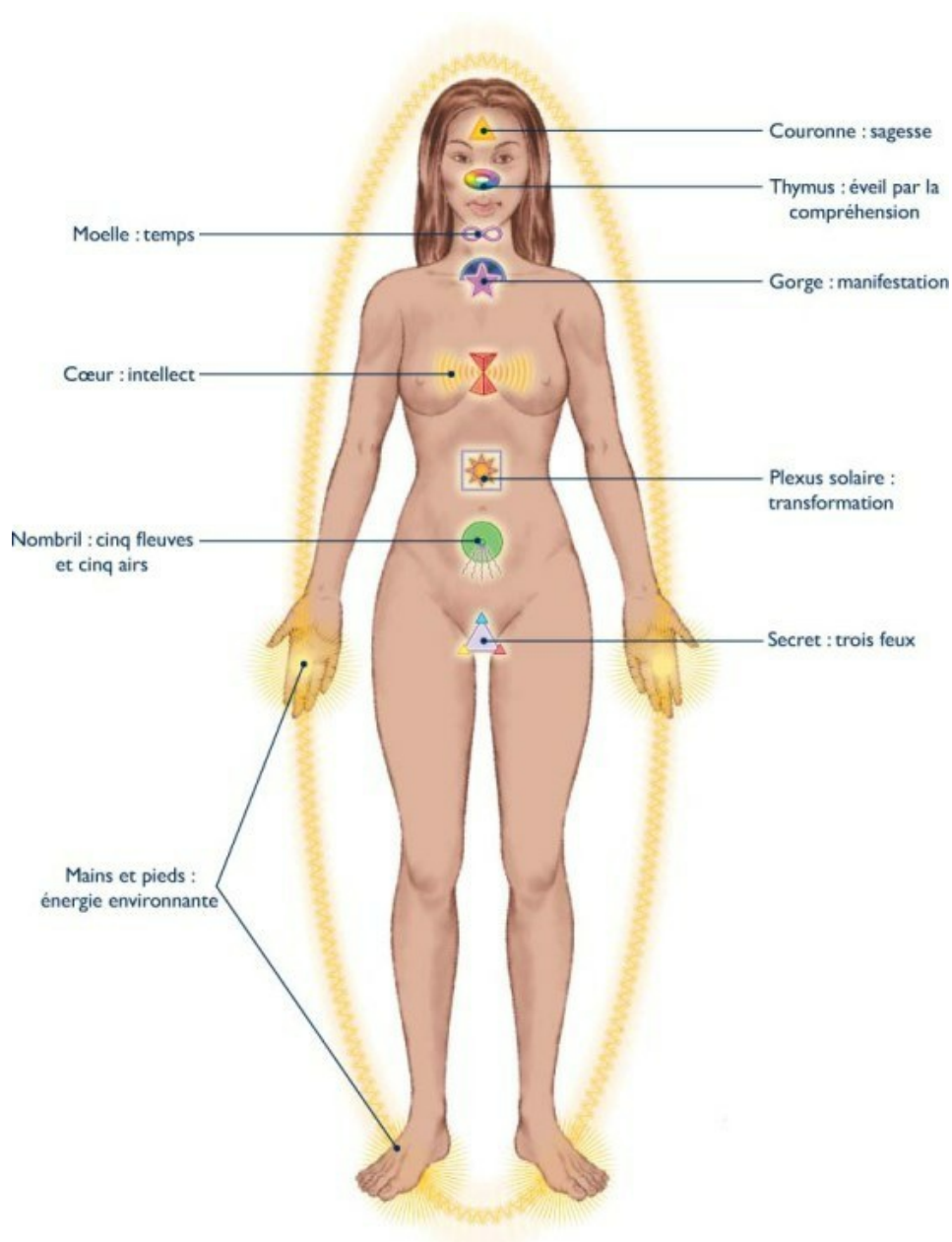


FIGURE 5.21
LE SYSTÈME TSALAGI (CHEROKEE)

Pour les Tsalagis, nous baignons dans un champ mental ; ce champ communique avec la terre et les étoiles. Pour manifester notre potentiel le plus élevé, nous devons envoyer du « feu » le long de la colonne vertébrale pour animer le moi dans sa totalité. La colonne est considérée comme une échelle vers le ciel. Trois feux brûlent dans la colonne vertébrale, chacun d'eux accomplissant un but différent :

Feu bleu de la volonté	Ferme intention pour agir
Feu de la compassion	Compréhension et manifestation du but
Feu de l'intelligence active	Action harmonieuse

Ces trois feux doivent pénétrer les cinq voies d'accès du corps où les énergies peuvent rester bloquées. Ces accès renvoient aux principaux chakras :

plexus solaire : ici, on transforme les émotions, comme la colère, et les pensées négatives dans le but d'accomplir une action supérieure ;

cœur : le cœur renferme l'intellect. Il est entouré de deux champs électriques. L'un se déplace dans le sens des aiguilles d'une montre, l'autre à contresens. Ils génèrent le but, la manifestation du rêve dans la réalité physique. Guérir le cœur, c'est devenir un point d'équilibre entre le ciel et la terre. Cette guérison confronte généralement à des problèmes de compassion, de douleur et de peur ;

gorge : siège du pouvoir du verbe, la faculté de l'exprimer et de l'accomplir ;

moelle épinière : la moelle épinière repose à la base du crâne. C'est le réceptacle des dénouements et problèmes passés, même ceux que l'on tient d'autres incarnations. Cette voie d'accès offre l'opportunité de vivre au présent ;

couronne : situé dans la fontanelle, cet accès émet un fluide une fois que l'aspirant a intégré ses leçons, toutes centrées sur le détachement. Il établit une connexion totale au champ supérieur de conscience et l'opportunité d'incarner pleinement la sagesse des trois feux allumés.

Outre ces cinq centres d'énergie, il en existe quatre autres : un dans la région « secrète » des organes reproducteurs ; un au nombril, qui recueille les cinq airs subtils et les cinq fleuves qui alimentent les cinq systèmes organiques corporels ; un au thymus ; et un dernier aux mains et aux pieds, considéré comme étant connecté par une seule énergie qui remonte le corps d'un côté et descend de l'autre.

Il est intéressant de noter également que les Tsalagis perçoivent l'Univers comme un immense plateau de cristal suspendu par quatre cordes en spirales. Le plateau est en état de vibration constante comme le sont toutes les choses qui s'y trouvent. D'autres plateaux, d'autres univers existent également, mais ne peuvent se toucher en réalité. Cette cosmologie partage certaines ressemblances avec la théorie des cordes de la physique quantique, et fait penser à la relation entre le son et la forme démontrée par la science émergente de la cymatique (voir page 137).

LE MODÈLE ÉNERGÉTIQUE INCA

Alberto Villoldo, auteur de *Chaman des Temps modernes*, nous livre des informations sur le système d'énergie subtile du corps que lui a transmises son mentor inca, Don Manuel Quispe. Dans cette cosmologie, chacun de nous possède un champ énergétique lumineux, du nom de *popo*, qui entoure notre corps physique. Composé de lumière, il transfère l'information dans et hors du corps. Il contient quatre couches : causale, psychique (ou de l'âme), mentale et émotionnelle (ou du mental) et physique. Nos mémoires et traumatismes personnels et héréditaires sont stockés dans le champ énergétique lumineux, chaque couche détenant sa part des événements. Il sert donc de plan à notre vie et à la façon dont nous la menons.

Le champ énergétique lumineux a la forme d'un bagel, qui reflète le champ magnétique de la terre. L'énergie jaillit du sommet de notre tête pour suivre le champ énergétique lumineux et pénétrer la terre d'environ 30 cm avant de réintégrer le corps par nos pieds. Les chakras sont les organes de ce champ.

Les chakras sont connus en Amérique du Sud sous le nom d'*ojos de luz*, « yeux de lumière ». Don Manuel les qualifie également de *pukios*, « puits de lumière ». Les chakras émettent des rayons de

lumière, *huaskas*, qui gagnent le corps, le reliant ainsi au monde naturel. Ces rayons vont et viennent également avec le temps, de notre naissance et histoire personnelle à notre destination finale.

Comme les Hindous, les Incas perçoivent sept chakras ; cependant, ils décrivent aussi deux chakras supplémentaires. Le huitième chakra est situé au-dessus du corps physique, mais toujours dans le champ énergétique lumineux. Il se nomme « source du sacré » : *wiracocha*, notre lien au Créateur. Le neuvième chakra, du nom de *causay*, est extérieur au corps et ne fait qu'un avec toute création, c'est le lien qui relie le Créateur à chacun de nous. Les cinq chakras inférieurs sont nourris par la Terre et les quatre chakras supérieurs par le Soleil.

L'ANATOMIE CHAKRIQUE INCA

Comme l'explique *Chaman des Temps modernes*, la tradition inca considère les chakras comme des conduits menant directement au réseau neuronal. Chez l'enfant, ils manifestent leurs vraies couleurs, qui pâlisent avec le temps du fait des résidus toxiques et traumatiques. La diminution de la fréquence qui en résulte accélère le vieillissement du corps. Purifier les chakras réactive leur pureté et permet de retrouver un « corps arc-en-ciel », appelé ainsi parce que les chakras reflètent les couleurs de l'arc-en-ciel.

Les chakras émettent des rayons lumineux qui parcourent le corps et le relient à son environnement extérieur, dont les arbres, les plantes, les montagnes et les autres personnes. À la mort, l'âme quitte le corps et rejoint le huitième chakra, avant de revenir au schéma grillagé formé par le champ d'énergie lumineuse. Le neuvième chakra ne peut être souillé par les événements de la vie, parce qu'il n'a jamais pénétré le fleuve du temps (ou espace-temps), et demeure ainsi notre lien sacré avec le Créateur.

Tant que nous sommes en vie, toute énergie provient de cinq sources³⁴² :

- plantes et animaux
- eau
- air
- lumière du soleil
- énergie biomagnétique (*causay* en inca)

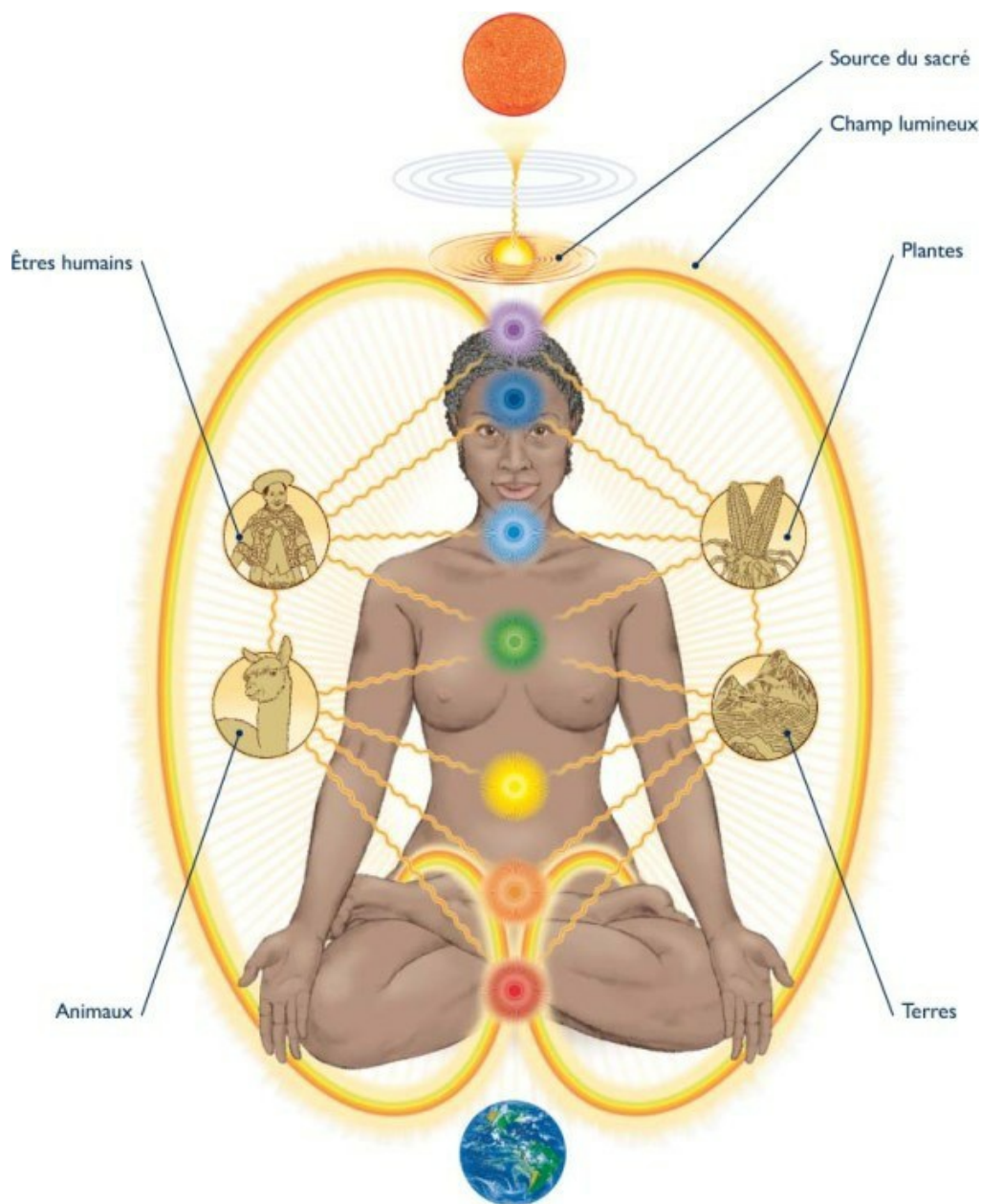


FIGURE 5.22
OJOS DE LUZ : LE SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE INCA

FIGURE 5.23
LES PUKIOS INCAS

Aspect	Premier chakra	Deuxième chakra	Troisième chakra	Quatrième chakra
Élément	Terre	Eau	Feu	Air
Couleur	Rouge	Orange	Jaune	Vert
Instinct	Survie, procréation	Sexualité	Force	Amour
Correspondances corporelles	Élimination des déchets, rectum, jambes, pieds	Digestion, reins, glandes surrénales, appareil urinaire, douleurs menstruelles, perte d'appétit	Estomac, foie, pancréas, rate, stockage et libération de l'énergie	Système circulatoire, poumons, seins, cœur, asthme, déficit immunitaire
Correspondances	Nourriture, refuge,	Pouvoir, argent, sexe, contrôle, peur,		Amour, espoir,

psychologiques	sécurité	passion, amour-propre, inceste	Courage, force	compassion, intimité
Glandes	Ovaires, testicules	Glandes surrénales	Pancréas	Thymus
Graines	Kundalini, abondance	Créativité, compassion	Autonomie, individualisation, réalisation des rêves, longévité	Amour désintéressé, pardon
Aspects négatifs	Avarice, fatigue chronique, comportement de prédateur, tendances abandonniques	Peur, lutte	Troubles gastrointestinaux, anorexie, chagrin, orgueil, ego, énergie faible, mentalité de victime, honte	Ressentiment, trahison, douleur, solitude, abandon

Cinquième chakra	Sixième chakra	Septième chakra	Huitième chakra	Neuvième chakra
Lumière	Lumière pure	Énergie pure	Âme	Esprit
Bleu	Indigo	Violet	Or	Lumière blanche translucide
Expression psychique	Vérité	Morale universelle	Transcendance	Libération
Gorge, bouche, nuque, œsophage	Cerveau, yeux, système nerveux	Peau, cerveau, équilibres hormonaux	Architecte du corps	Aucune
Manifestation des rêves, créativité, communication	Raison, logique, intelligence, empathie, dépression	Abnégation, intégrité, sagesse	Aucune	Aucune
Thyroïde, parathyroïde	Pituitaire	Pinéale	Aucune	Aucune
Pouvoir personnel, foi, volonté	Éveil, épanouissement personnel	Transcendance, illumination	Intemporalité	Infini
Trahison, addictions, troubles du sommeil, peur de s’exprimer, intoxication	Illusion, inadéquation	Psychoses, régression, cynisme	Modèles de maladies	Aucun

Les nutriments d’origine végétale et animale et l’eau sont acheminés via le tube digestif, tandis que l’air est traité par les poumons. La lumière du soleil est recueillie par la peau et la *causay* par les chakras.

Les chakras servent dès lors de liens vers le monde extérieur au moi, de vaisseaux de purification et d’instruments de transition vers des réalités spirituelles supérieures.

Le Grand Secret

D’après la cosmologie inca, la force immense, que nous connaissons sous le nom de Dieu, se manifesta du vide non manifesté il y a 12 milliards d’années. Cette force était omniprésente et omnisciente, mais elle se divisa en l’ensemble des formes de vie de manière à faire l’expérience d’elle-même. Chaque forme renferme les plans du Tout. Elle garde cependant sa nature secrète à elle-même, afin d’acquérir de l’expérience. Le système énergétique du corps est élaboré de façon à

permettre de reconquérir ce savoir.

Les pukios ou chakras incas

Le huitième chakra plane à quelques centimètres au-dessus de la tête comme un soleil giratoire, notre connexion au Grand Esprit, là où Dieu demeure en nous. Il se dilate ensuite en un globe lumineux. Le neuvième chakra représente la source du huitième, l'Esprit. Il réside en dehors du champ énergétique lumineux et s'étend à travers le cosmos.

Hors de l'espace et du temps, il est relié au huitième chakra par un cordon lumineux.

UN SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE CHRÉTIEN OCCULTE, BASÉ SUR LA RÉVÉLATION DE SAINT JEAN

De nombreuses pratiques énergétiques occultes découlent du christianisme. Zachary Lansdowne présente un tel système dans son ouvrage *The Revelation of Saint John*. Par une analyse comparative du dernier livre de la Bible chrétienne, Lansdowne met en évidence un système énergétique voué à l'évolution de l'âme. Sa théorie est que le livre de la Révélation constitue une description voilée de croyances chrétiennes ésotériques et un plan pour atteindre l'illumination³⁴⁴. Selon Lansdowne, la personnalité se compose de quatre parties : le corps physique, vital, émotionnel et mental. Le corps causal représente le cœur de Dieu et renferme les pensées les plus nobles. L'âme sert d'intermédiaire entre « la source vive » qui jaillit « du cœur de Dieu vers les cellules vivantes »³⁴⁵, tandis que la volonté divine s'exprime du cœur de Dieu en sept rayons de couleur et est transformée par sept archanges au cours de la méditation. Lansdowne énonce également sept chakras (dont la position et la fonction sont semblables à celles des chakras du système traditionnel hindou), activés durant une ascension de la kundalini qui s'amorce lorsque nous pensons et agissons avec conscience. Après avoir été transformé par la kundalini, un chakra est ouvert aux dons suivants :

LE RITE INCA DES BANDES DE POUVOIR³⁴³

Alberto Villoldo enseigne à ses étudiants le rite des bandes de pouvoir dans le but d'activer la protection énergétique. Ce processus relie six des chakras aux cinq éléments pour qu'ils puissent les nourrir directement. Il consiste à établir cinq bandes en divers endroits du corps.

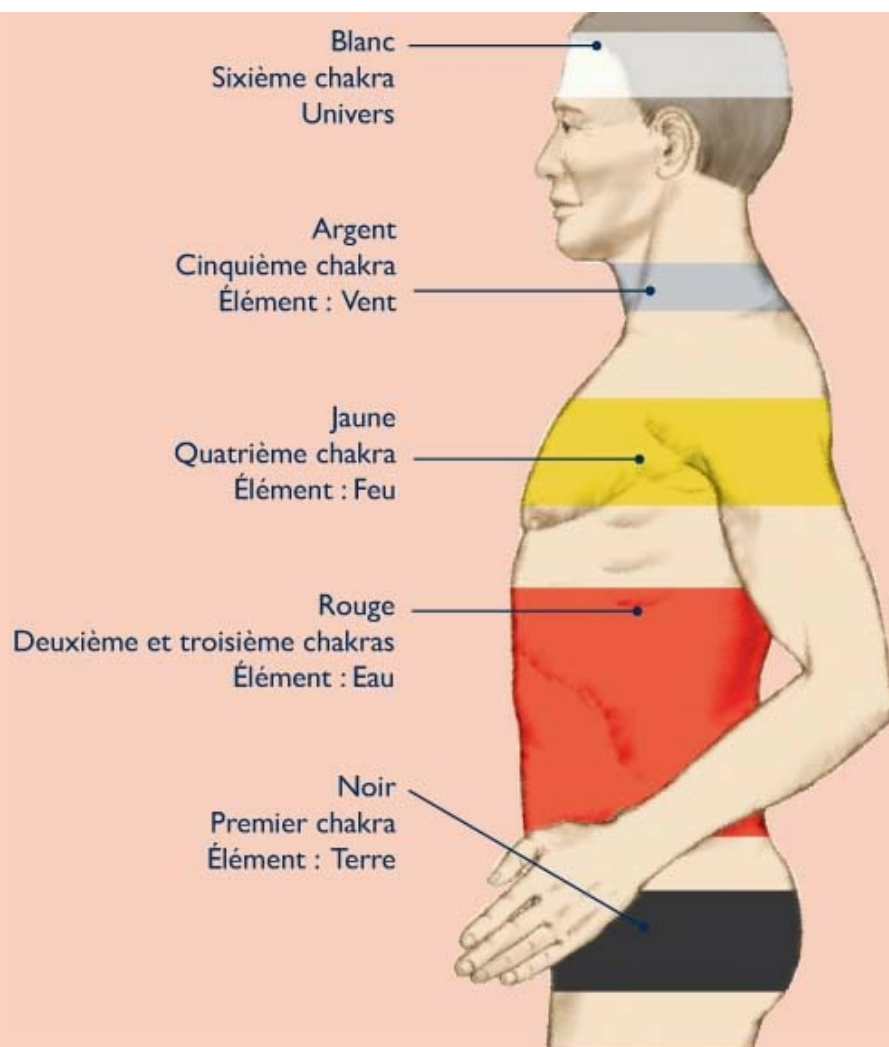


FIGURE 5.24
LES BANDES DE POUVOIR INCAS

Chakra couronne : discernement qui confère la liberté ;

Chakra du front : sagesse ;

Chakra de la gorge : vision pénétrante et compréhension profonde ;

Chakra du cœur : intuition qui distingue la vérité de l'illusion ;

Chakra du plexus solaire : observation de l'émotion avec détachement ;

Chakra sacré : entretien de valeurs supérieures, telles que la charité, l'amour et la compassion, et capacité d'agir selon des principes supérieurs ;

Chakra de la base : silence mental et volonté spirituelle.

LES CORPS ÉNERGÉTIQUES ÉGYPTIENS ET AFRICAINS

Les anciens Égyptiens possédaient une cosmologie énergétique bien structurée, qui constituait également le fondement des pratiques spirituelles des Zoulous africains. Les Zoulous relevaient d'une

société secrète répondant au nom de Bonaabakulu Absekhumu.

Les deux systèmes présentaient un Arbre de Vie semblable à celui de la Kabbale juive. Ils possédaient également un ensemble de corps énergétiques, dont les chakras, et plusieurs autres analogues à ceux des Hindous. L'on peut faire remonter l'ancien système égyptien au règne du pharaon Khufu et à la troisième dynastie en 3900 av. J.-C. Voici des exemples de ces systèmes semblables³⁴⁶.

Les corps énergétiques égyptiens

Les anciens Égyptiens envisageaient plusieurs corps énergétiques différents. Bien qu'ils fussent séparés, chaque corps énergétique interagissait avec les autres. On en dénombrait entre cinq et neuf. Cette liste reprend les corps apparaissant le plus fréquemment :

- le *corps physique*. Le corps était qualifié de *ht* ou *jr**w*, ce qui signifie « forme » ou « apparence », tant que le sujet était en vie. À sa mort, le corps recevait le nom de *khat*, ce qui veut dire le « corruptible » ;
- le *ka*. *Ka* évoque de manière approximative le « double » ou la « force vitale ». Il s'agit de la partie d'une personne qui subsiste après sa mort ;
- le *khabit*. L'ombre. La nature inférieure, gouvernée par les sens ;
- le *shekem*. Le domaine des pouvoirs divins et de l'énergie vitale ;
- le *ba*. Semblable à l'idée contemporaine de l'âme, le *ba* représente toutes les qualités non physiques qui composent une personne ;
- l'*akh* (également appelé le *khu*). Le terme signifie « esprit transfiguré », l'« étincelant », le « lumineux ». Il correspond au moi supérieur et évoque la forme que l'on revêt dans l'au-delà ;
- le *khaibit* (également *shwt*). C'est l'ombre, ou moi caché, le plus souvent liée au monde des morts ou aux autres mondes ;
- le *ren*. Signifiant « nom », le *ren* est la partie du moi qui donne réalité aux choses. Le fait de nommer les choses est considéré dans de nombreuses cultures comme un important processus de manifestation. Nommer quelque chose, c'est le manifester ;
- le *sahu*. Le glorieux corps spirituel, employé pour acheminer le *ka* vers le paradis après la mort.

Les corps énergétiques africains

D'après la tradition zouloue décrite par Patrick Bowen, Caucasien qui reçut l'enseignement des Zoulous au début des années 1900, les principaux corps énergétiques identifiés par les Zoulous sont :

- le corps physique (*umzimba*) ;
- le corps éthérique (*isltunzi*) ; pendant éthérique du corps physique ;
- le mental inférieur (*amandhla*) ; détient la force et l'énergie vitales ;
- le mental animal (*utiwesilo*) ; passions, émotions et instincts ;
- le mental humain (*utiwomuntu*) ; conscience, intellect et sentiments supérieurs ;
- le mental spirituel (*utiwetongo*) ; plans supérieurs qui génèrent la conscience spirituelle ;
- le rayon (*itongo*) ou étincelle de l'esprit universel³⁴⁷.

L'Arbre de Vie et les chakras égyptiens (et africains)

Les anciens Égyptiens et les Zoulous d'Afrique rattachaient les différents aspects de l'être humain à leur propre variante de l'Arbre de Vie, appelé le *Kamitic*, ainsi qu'aux chakras. Leurs sphères sont

semblables à celles décrites dans la Kabbale au chapitre 40. Le tableau suivant représente une version de ces associations.

FIGURE 5.25
LES CHAKRAS ÉGYPTIENS ET AFRICAINS ET L'ARBRE DE VIE³⁴⁸

Division de l'Esprit	Chakra	Sphère	Gouverne
Khab	Racine (premier)	Moitié inférieure de la dixième	Corps physique
Khaibit	Nombril (deuxième)	Moitié supérieure de la dixième	Nature animale
Sahu	Plexus solaire (troisième)	Septième, huitième, neuvième	Moi inférieur
Ab	Cœur (quatrième)	Quatrième, cinquième, sixième	Esprit supérieur et matière inférieure
Shekem	Gorge (cinquième)	Troisième	Parole créatrice
Khu	Front (sixième)	Deuxième	Pouvoirs prophétiques
Ba	Couronne (septième)	Première	Itongo ou source de la création

LES QOLLAHUAYAS : CORPS ÉNERGÉTIQUES TERRIENS

Le système énergétique hindou reflète la géographie de l'Inde ; les Égyptiens, eux, représentaient le Nil. Les hautes Andes abritent un peuple qui chérit la terre bien davantage encore : pour lui, la montagne et le corps humain sont pareils d'un point de vue anatomique.

Depuis la nuit des temps, diverses cultures andines comparèrent leur environnement et leurs villages aux paradigmes anatomiques des animaux et des êtres humains. Les peuples péruviens organisaient leurs cités en rapport avec les oiseaux ou les animaux. Les Incas conçurent Cuzco de façon à ce que la ville ressemble à un puma. Les villageois de Jesus de Machaca en Bolivie se réfèrent au cougar lorsqu'ils décrivent leurs terres.

Une culture en particulier, celle des Qollahuayas, vit dans différentes régions du mont Kaata dont elle est originaire, mais se considère comme unique car chacune de ces trois régions représente une partie du corps humain. Apacheta, haute terre montagneuse, évoque la tête. Les herbes et la laine y symbolisent les cheveux tandis que les lacs dessinent les yeux. Kaata forme le tronc et la région médiane de la montagne. Ses terres cultivées renvoient aux viscères et au tronc du corps métaphorique. Les guérisseurs véhiculent le sang et la graisse vers les autres parties de la montagne par des rites et des cérémonies. Enfin, il y a les plaines de Ninokorin, où les rangées de maïs et de légumes et les vergers représentent les jambes et les ongles des pieds.

Les Qollahuayas ne se contentent pas d'exprimer cette analogie – ils la vivent. Une rivière sortie de son lit peut engendrer une maladie ; on recouvre la santé lorsque la montagne est nourrie. Mais les hommes provoquent aussi leurs propres troubles, en ne respectant pas la société ni l'environnement. Les problèmes entre les personnes entraîneront des perturbations dans le corps humain, mais également au niveau des terres, et doivent être résolus par un rituel impliquant le groupe social de la personne malade ainsi qu'une purification des terres. L'on considère que les maladies découlent principalement de troubles sociaux et de conflits fonciers, et un guérisseur peut rétablir l'équilibre en travaillant avec des sanctuaires naturels.

L'on pourrait sourire de cette idée si le système curatif des Qollahuayas n'avait pas grandement démontré son efficacité. Les guérisseurs qollahuayas, ou *curanderos*, recueillent des herbes, des produits animaux et des minéraux en vue de les utiliser à des fins curatives. Leurs sacs de guérisseurs

contiennent plus de mille remèdes, dont certains équivalent à l'aspirine, la pénicilline et la quinine. Depuis des centaines d'années, ils réalisent également des opérations chirurgicales, dont celle du cerveau. De nombreuses célébrités locales ont été guéries de maladies apparemment incurables par ces hommes médecine³⁴⁹. Les devins emploient des méthodes surnaturelles, en disposant des autels destinés à nourrir la terre. Ces autels se composent de produits issus d'animaux et de plantes qui offrent à la terre ce dont elle a besoin pour prospérer.

LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS

L'un des systèmes chakriques contemporains est le système des douze chakras, que je développe et décrit en détail dans deux autres ouvrages³⁵⁰. Il se base sur le système chakrique hindou classique, mais y inclut cinq chakras supplémentaires qui se situent hors du corps physique. Bien que ces chakras doivent encore être mesurés ou enregistrés, je les ai découverts au cours de mon travail de thérapeute énergétique. Ayant développé une compréhension de ces centres énergétiques supplémentaires, je les utilise aujourd'hui fréquemment.

Les chakras supplémentaires se situent audessus de la tête, sous les pieds et autour du corps. De nombreux autres systèmes chakriques définissent des chakras au-delà du septième, comme nous avons pu le voir jusqu'ici dans ce livre. Le système *Narayana*, dérivé du yoga, travaille avec neuf chakras, à l'instar du système chakrique exposé dans le *Yogaranjopanishad* ; tandis que le système *Waidika*, une méthode de Laya Yoga, dénombre onze chakras principaux³⁵¹. Certaines écoles ajoutent un huitième chakra, le Bindu ou le Soma, aux sept chakras classiques³⁵².

De nombreux praticiens ésotériques situent les chakras au-delà du corps physique, comme le font les systèmes plus traditionnels. Il est important de se rappeler que, dans la tradition yogique, le septième chakra est situé « au-dessus de la tête » et non « sur la tête »³⁵³. D'autres traditions placent un chakra sous les pieds, comme David Furlong le décrit dans son livre *Working with Earth Energies*³⁵⁴, ainsi que Katrina Raphaell³⁵⁵. Presque tous les systèmes reconnaissent des chakras secondaires ou mineurs. Un chercheur met en évidence vingt-et-un chakras mineurs et quarante-neuf minuscules chakras, en plus des sept fondamentaux³⁵⁶. La plupart des systèmes présentent des chakras dans les mains et les pieds, les fondements du onzième chakra du système des douze chakras, qui entoure le corps, mais se fait plus intense autour des mains et des pieds³⁵⁷.

Le système des douze chakras enrichit les chakras traditionnels de ces chakras supplémentaires. Qu'est-ce qui fait la différence de ce système ? L'ajout de ces cinq autres chakras.

Huitième chakra : situé juste au-dessus de la tête. On considère que ce chakra abrite plusieurs corps énergétiques supplémentaires, dont les *Annales akashiques*, mémoire de tout ce qui a été accompli ; les *Annales de l'ombre*, ce qui est resté dissimulé aux yeux des Annales akashiques ; et le *Livre de la Vie*, qui reflète l'aspect positif de tout événement. Le huitième chakra constitue la demeure du karma par lequel les individus peuvent se relier à tous les plans, dimensions, périodes temporelles, y compris aux réalités alternatives ou parallèles.

Neuvième chakra : il se situe à 45 cm environ au-dessus de la tête. Ce chakra renferme le « siège de l'âme », la génétique spirituelle qui génère la réalité physique, comme les gènes physiques. Il détient également la mission de l'âme et les symboles qui confèrent à l'âme sa singularité. À travers lui, un praticien peut :

- personnaliser la guérison énergétique pour qu'elle soit parfaitement adaptée à l'individu ;
- obtenir des informations sur le parcours de vie de l'individu – et les décisions à venir ;
- effectuer une guérison énergétique pour procéder à une réparation génétique en utilisant la symbologie.

Dixième chakra : à 45 cm environ sous les pieds. C'est le « chakra de l'ancrage », qui ouvre à l'énergie élémentaire et la transmet au corps en passant par les pieds. Il détient l'histoire personnelle de l'âme ainsi que la mémoire des événements et des énergies héréditaires. Il relie profondément une personne à la nature et au monde naturel. Ce chakra est extraordinairement utile pour ancrer les individus dans la réalité quotidienne, en abordant et résolvant les problèmes héréditaires (dont les maladies génétiques), et en les ouvrant aux énergies élémentaires nécessaires à leur santé.

Onzième chakra : il entoure le corps et se concentre autour des mains et des pieds. Ce centre énergétique aide les individus à maîtriser et transformer les forces physiques et surnaturelles. À travers lui, l'on peut dompter les énergies extérieures et les diriger pour faire le bien. C'est un merveilleux générateur de changements instantanés dans et hors du corps.

Douzième chakra : entourant le onzième chakra et l'ensemble du corps, ce centre énergétique représente les frontières extérieures du moi humain. Il est relié au corps par trente chakras secondaires, décrits dans la *Bible de la guérison par les chakras*. Il canalise les énergies spirituelles se situant en dehors du champ aurique global. Tout juste à l'extérieur du douzième chakra flotte l'« œuf énergétique » (voir la *figure 5.27*), une pellicule à trois couches qui gère le lien entre les royaumes spirituels et le corps physique.

LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS ET LES POINTS SPIRITUELS

Le système des douze chakras accède à des prismes d'énergie qui sont semblables aux chakras, mais se tiennent à l'extérieur du champ humain. Ils harmonisent l'énergie spirituelle et la matière physique. Outre les douze chakras, il existe vingt points spirituels, que nous retrouvons dans le tableau suivant, accompagnés d'une description de l'endroit où ils rejoignent la colonne vertébrale. Ils sont numérotés de 13 à 32. Il existe également un « point » supplémentaire servant de principe spirituel premier³⁵⁸.

LES CHAKRAS ET LES GLANDES ENDOCRINES

Chacun des douze chakras agit via une glande endocrine. Elle offre la garantie que les douze chakras peuvent interagir avec le corps physique et générer des changements en lui.

Traditionnellement, le cœur, le diaphragme, les os et le tissu conjonctif ne sont pas considérés comme des glandes endocrines ou des producteurs d'hormones. Mais, à l'heure actuelle, l'on perçoit le cœur, d'un point de vue médical, comme une glande endocrine – en réalité, comme l'un des principaux producteurs d'hormones ou régulateurs du corps. On a également démontré que les os produisent des hormones et que d'autres tissus et organes induisent des effets sur celles-ci (voir la troisième partie). Le diaphragme, par exemple, régule le flux de la respiration, une oxygénation qui se révèle être un élément clé pour la distribution des hormones. Et leur lien fonctionne dans les deux sens. Comme le Dr Dave Harris, spécialiste des lésions de la moelle épinière, le signale, l'un des traitements modernes aux problèmes touchant le tissu conjonctif (comme l'arthrose impliquant une

douleur et une perte osseuses et cartilagineuses) est le traitement hormonal androgène (utilisant la testostérone, l’hormone de croissance, la progestérone ou la DHEA).

FIGURE 5.26
LES POINTS SPIRITUELS ET LA COLONNE VERTÉBRALE

Point	Zone spinale	Vertèbre
Point 13 : Yin	Lombaire	Deuxième
Point 14 : Yang		Première
Point 15 : Équilibre des polarités	Thoracique	Douzième
Point 16 : Équilibre des ressemblances		Onzième
Point 17 : Harmonie		Dixième
Point 18 : Libre-arbitre et liberté		Neuvième
Point 19 : Kundalini		Huitième
Point 20 : Maîtrise		Septième
Point 21 : Abondance		Sixième
Point 22 : Clarté		Cinquième
Point 23 : Connaissance du bien et du mal		Quatrième
Point 24 : Création		Troisième
Point 25 : Manifestation		Deuxième
Point 26 : Alignement		Première
Point 27 : Paix	Cervicale	Septième
Point 28 : Sagesse		Sixième
Point 29 : Plaisir		Cinquième
Point 30 : Pardon		Quatrième
Point 31 : Foi		Troisième
Point 32 : Grâce et conscience divine originelle		Deuxième
Principe d'Amour		Première

Les glandes endocrines correspondant aux douze chakras sont illustrées par la *figure 5.27*.

LE DÉVELOPPEMENT DES CHAKRAS ET L'ÂGE

Les chakras sont complètement développés à la naissance, mais ils s’activent à différentes périodes de notre vie. L’on pense qu’avant la conception, les neuvième et dixième chakras interagissent avec l’âme et la guidance spirituelle pour sélectionner les gènes adéquats.

À la naissance, le premier chakra est déjà activé et le demeure pendant une courte période, à l’instar du septième, lié à la fontanelle. La fontanelle se referme un jour durant les premiers mois de la vie, en établissant à nouveau une profonde dépendance au premier chakra le plus ancré dans la réalité physique. Les autres chakras s’activent l’un à la suite de l’autre jusqu’à ce que la personne

atteigne sa pleine maturité, les chakras un à six s'ouvrant individuellement entre la période *in utero* et l'âge de 14 ans (le septième chakra s'active à 14 ans). À partir de là, le corps continue d'ouvrir les chakras supplémentaires, mais cette fois tous les sept ans.

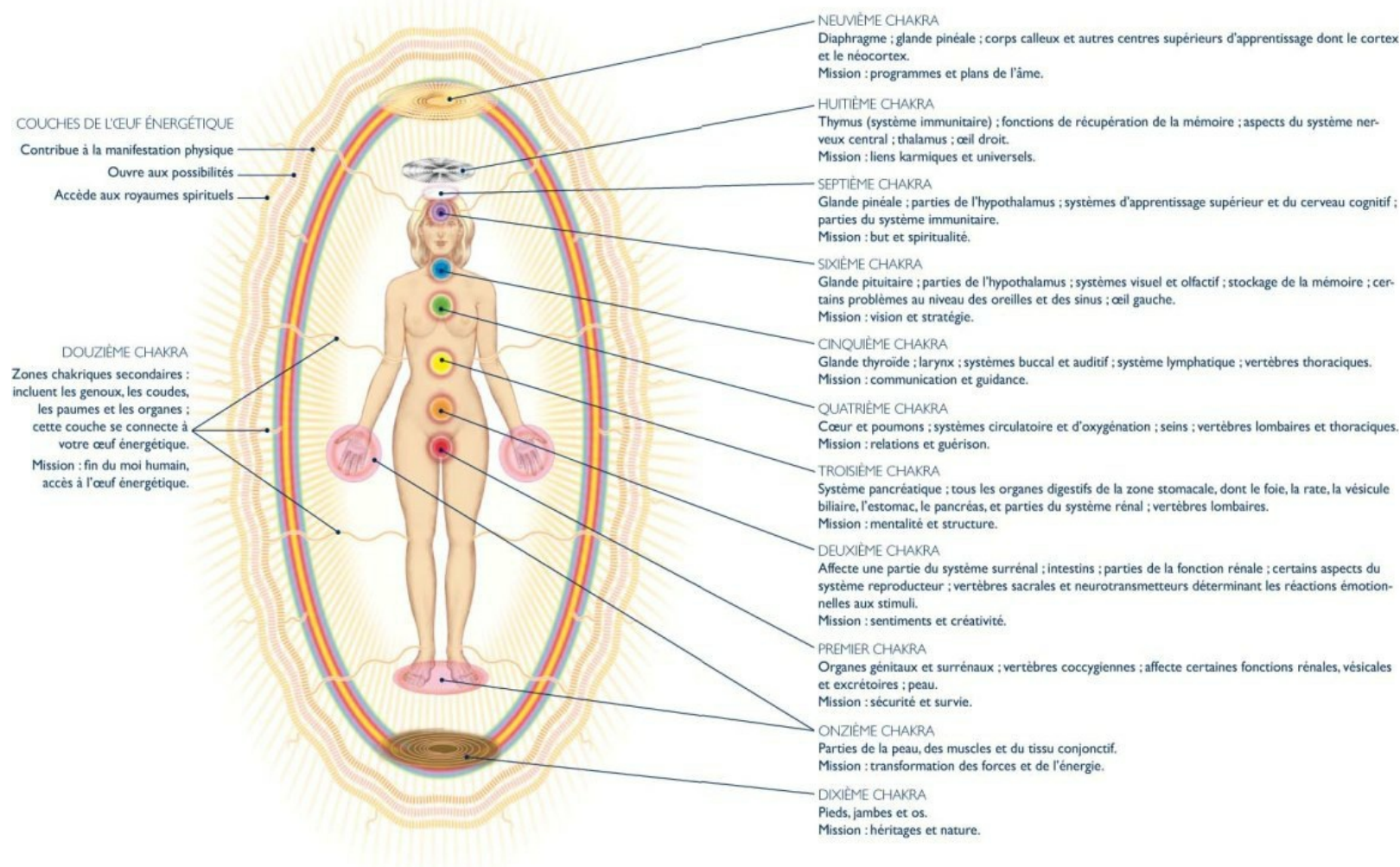


FIGURE 5.27

LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS ET L'ŒUF ÉNERGÉTIQUE

Comme dans les systèmes traditionnels qui dénombrent moins de chakras, chaque chakra de l'univers des douze chakras gère des fonctions physiques spécifiques. Il accomplit en outre une mission globale particulière.

L'œuf énergétique est un corps électromagnétique composé de trois couches, qui entoure et pénètre les douze chakras et bandes auriques.

Premier chakra :	de l'utérus à 6 mois
Deuxième chakra :	de 6 mois à 2 ans et demi
Troisième chakra :	de 2 ans et demi à 4 ans et demi
Quatrième chakra :	de 4 ans et demi à 6 ans et demi
Cinquième chakra :	de 6 ans et demi à 8 ans et demi
Sixième chakra :	de 8 ans et demi à 14 ans
Septième chakra :	de 14 à 21 ans
Huitième chakra :	de 21 à 28 ans

Neuvième chakra :	de 28 à 35 ans
Dixième chakra :	de 35 à 42 ans
Onzième chakra :	de 42 à 49 ans
Douzième chakra :	de 49 à 57 ans

À l'âge de 56 ans, les chakras demeurent dans la phase de développement du douzième chakra, amorcée à 49 ans. Mais, pour la première fois au cours de la vie, deux chakras s'activent simultanément. Une personne rétablit également le contact avec le premier chakra (et, au prochain stade à 63 ans, demeure dans le douzième chakra, mais réintègre le deuxième).

Les problèmes posés durant l'enfance (de la période *in utero* à l'âge de 14 ans) deviennent des programmes opérationnels et déterminent les pensées, les émotions et le comportement. Par ailleurs, chaque année après l'âge de 14 ans, le corps fait progressivement ressortir les problèmes posés par les chakras inférieurs pour que de nouvelles décisions puissent être prises (cela signifie aussi qu'à l'âge de 56 ans, l'on se positionne dans deux chakras de pleine maturité tout en recyclant successivement les sept chakras inférieurs). La liste suivante reprend le premier cycle de réactivation de sept ans :

14 ans	recyclage du premier chakra ;
15 ans	recyclage du deuxième chakra ;
16 ans	recyclage du troisième chakra ;
17 ans	recyclage du quatrième chakra ;
18 ans	recyclage du cinquième chakra ;
19 ans	recyclage du sixième chakra ;
20 ans	recyclage du septième chakra.

LA STRUCTURE DES CHAKRAS

Les chakras possèdent une configuration qui leur est propre et peuvent être ramenés à trois différentes parties ou sections. Ces trois aspects sont présents dans tous les chakras, pas seulement en ce qui concerne le système des douze chakras. Chaque chakra dispose d'un côté gauche et d'un côté droit en considérant le corps de face ; d'une face avant et d'une face arrière (l'avant se situant à l'avant du corps et l'arrière à l'arrière du corps) ; et de roues intérieure et extérieure. La roue intérieure d'un chakra se trouve littéralement à l'intérieur d'une roue extérieure, les deux tournant en relation l'une avec l'autre.

L'on peut analyser les chakras en rapport avec leur structure, mais également avec l'information qu'ils détiennent. Tous les chakras véhiculent des messages qui sont émotionnels, mentaux, physiques et spirituels. Nous considérerons dans cette section les idées mentales inscrites dans les chakras qui déterminent notre bien-être global, l'image que nous nous faisons de nous-même ainsi que nos comportements.

En général, le côté gauche du corps, et donc le côté gauche du chakra, représente l'énergie féminine ou yin, et le côté droit l'énergie masculine ou yang. Chaque moitié du corps est régie par l'hémisphère cérébral opposé ; le côté droit du corps est gouverné par l'hémisphère gauche et

inversement.

L'énergie masculine est physique, active, dominante et linéaire et reflètera l'aspect masculin intérieur d'une personne ainsi que sa relation avec les hommes et le patriarcat. L'énergie féminine est spirituelle, méditative, passive et intuitive et exprimera l'aspect féminin d'une personne ainsi que sa relation avec les femmes et le matriarcat.

FIGURE 5.28
INFRASTRUCTURES DES CHAKRAS

Chakra	Arrière	Avant	Sphère intérieure	Sphère extérieure
Premier chakra	Problèmes de sécurité inconscients ; la façon dont les problèmes de sécurité des autres vous affectent.	Interaction avec la vie quotidienne ; la façon dont vous vous comportez dans le monde.	Elle est régulée par la relation que votre âme entretient avec le divin.	Votre mouvement dans le monde. Fonctionner en surrégime entraîne un comportement stressé et hyperactif ; fonctionner en sous-régime provoque paresse et apathie.
Deuxième chakra	Les sentiments que vous nourrissez inconsciemment ; votre réaction inconsciente aux sentiments de ceux qui vous entourent ; vos choix quant aux sentiments des autres que vous vous approprierez ou délaisserez.	La façon dont vous exprimez vos sentiments dans le monde ; votre capacité à traduire vos sentiments en réponses créatives.	Pensez-vous que le divin fasse preuve de sentiments ? Votre réponse établit le rythme de cette roue. Si vous méconnaissiez la spiritualité des sentiments, vous vous montrerez critique, fermé et antipathique envers les autres. Si vous échouez à traduire les messages spirituels dissimulés derrière les sentiments, vous vous montrerez émotif, hypersensible et codépendant.	Définit la manière dont vous agissez dans le monde en tant que personne sensible. Des sentiments refoulés attireront des personnes qui vous inspirent ces sentiments ou provoqueront une maladie. Si vous détenez des sentiments qui ne vous appartiennent pas, vous aurez l'impression de devenir fou et de perdre tout contrôle.
Troisième chakra	Vos croyances inconscientes sur le pouvoir, le succès et votre perception d'en être digne.	Votre capacité à réussir dans le monde.	Sa fréquence est établie par vos croyances intériorisées sur votre place dans le monde. Pensez-vous que le divin vous confère une mission spéciale et que vous possédez des dons uniques ? Si c'est le cas, vous vous sentirez équilibré et en bonne santé. Dans le cas contraire, vous serez tendu et constamment déçu de vous.	Entretient vos frontières avec le monde. Si vous pensez que votre œuvre est guidée par le divin, vous l'accomplirez convenablement et inspirerez le respect.
Quatrième chakra	Vos croyances inconscientes sur les relations ; entretient le contact avec les personnes dont vous n'avez pas fait le deuil.	Vos relations mineures et majeures ; votre capacité à donner et à recevoir.	Les liens entre le moi et le moi ; le divin et le moi ; le moi et le divin et tous les aspects du moi.	Équilibre : liens entre le moi et tous les aspects du moi, incluant le monde et autrui.
	Le type de guidance que vous	Détermine quels programmes ou quels messages	Ce que vous désirez ou non dire ou exprimer. La façon dont les autres perçoivent votre	

Cinquième chakra	voudriez recevoir, qui peut émaner des plans inférieurs ou supérieurs.	contrôlent votre communication – ceux qui sont sains et ceux qui ne le sont pas.	communication. Si la fréquence est trop rapide, vous n’écoutez pas le divin. Si elle est trop lente, vous écoutez des êtres de niveau inférieur.	Répond à votre intention.
Sixième chakra	Les futurs potentiels. Tous les choix pénètrent par l’arrière du chakra. Votre capacité intérieure à percevoir ces choix dépend de l’image que vous avez de vous.	La voie choisie. Si vous vous exercez, vous pourrez vous projeter dans le temps et découvrir à quels choix vous serez encore confronté.	Demeure de l’image que votre esprit a de vous et de votre vie.	Projette l’image que vous avez de vous et enseigne aux autres comment y répondre.
Septième chakra	Les types d’esprits et de croyances spirituelles qui programment votre système de croyances ; ils vous retiennent parfois en otage.	La façon dont vous projetez votre image du divin et du moi spirituel dans le monde ; la religion que vous embrassez et vos valeurs.	Si elles sont saines, vos croyances spirituelles et votre discipline répondront au but et aux désirs que le divin nourrit pour vous. Dans le cas contraire, il y aura désaccord.	Reflète comment vous mettez en pratique vos croyances spirituelles.
Huitième chakra	Les schémas ou aspects de votre passé qui guident vos décisions.	La façon dont vous exprimez ces aspects à travers vos choix de vie – décisions concernant un partenaire, des amis, le travail, l’utilisation de vos dons spirituels et autres.	Reflète votre capacité à vous pardonner vos erreurs passées ; vous pouvez vous libérer du karma et purifier votre sphère intérieure si vous êtes à même de pardonner.	Si vous ne pardonnez pas à vous-même et aux autres, chaque aspect de votre vie reflètera vos décisions antérieures.
Neuvième chakra	Les croyances nourries par votre âme et celle des autres sur l’amour universel, les besoins globaux et l’attention portée à autrui.	La manière dont vous portez attention aux autres dans la vie quotidienne.	Peut servir de porte d’accès à des vérités spirituelles qui, si elles s’introduisent en vous, aident votre esprit à intégrer votre corps.	Reflète la manière dont vous avez mis en pratique les vérités spirituelles.
	Les aspects du	La manière dont vous interagissez avec la nature et les choses	Lieu de la nature qui peut	Reflète la manière dont vous vivez sainement votre

Dixième chakra	monde naturel dont vous tirez parti ou attirez dans votre vie.	de la nature. Il vous montrera même quelles herbes ou quelle thérapie naturelle fonctionnera.	renfermer la graine de votre esprit si vous vous autorisez à vous ancrer dans la réalité physique.	existence physique, en tant que produit de la nature et du monde, et votre généalogie – pas seulement votre nature divine.
Onzième chakra	Les croyances qui aident ou dégradent votre capacité à altérer ou transformer l'énergie.	La façon dont vous influencez les mondes physique et énergétique autour de vous ; les êtres d'énergie et l'esprit que vous attirez à vous, en tant qu'auxiliaires ou adversaires.	Lieu de contact à travers lequel votre esprit peut puiser aux forces et pouvoirs énergétiques.	Reflète l'utilisation appropriée ou inappropriée du pouvoir surnaturel.
Douzième chakra	Ce chakra ne possède pas de faces avant et arrière. La sphère intérieure renvoie à votre nature divine ; la sphère extérieure reflète la façon dont votre caractère divin s'exprime dans votre existence humaine quotidienne.			

Une blessure au côté gauche du corps pourrait donc évoquer un problème touchant le côté féminin de la réalité. Une altération du flux énergétique du côté gauche d'un chakra pourrait aussi traduire un problème de nature féminine, tandis qu'une perturbation du flux au côté droit indiquerait un problème d'origine masculine (le regard de la personne examinée détermine les côtés d'un chakra).

Un chakra possède une face arrière et une face avant. En général, l'arrière régule les programmes primordiaux et inconscients et les questions spirituelles, tandis que l'avant supervise les besoins conscients et quotidiens. Le chakra renferme une roue intérieure qui, pour bien faire, devrait s'harmoniser avec la roue extérieure. La roue intérieure relie au subconscient, mais aussi, potentiellement, à l'esprit personnel du moi supérieur d'une personne. La programmation de la roue extérieure a tendance à refléter des questions qui nous obligent à nous conformer au monde. Elles sont souvent dysfonctionnelles et fondées sur au moins l'une de ces perceptions négatives :

- je ne suis pas digne d'être aimé ;
- je ne vauds rien ;
- je suis impuissant ;
- je n'ai aucune valeur ;
- je suis une mauvaise personne ;
- je ne le mérite pas.

Ces perceptions négatives contrôlent le subconscient qui, à son tour, oriente notre inconscient et notre moi conscient. Elles créent un déséquilibre dans le système d'énergie subtile du corps et empêchent l'ascension de la kundalini. Les perceptions négatives entraînent également des problèmes au niveau du champ aurique et attirent des situations négatives dans notre vie.

La roue intérieure reflète généralement les connaissances ou les vérités qui nous viennent de l'esprit. Ces vérités sont liées au supraconscient, l'aspect le plus élevé de notre mental. Les croyances nourries dans la roue intérieure neutralisent les croyances dysfonctionnelles, et comprendront :

- je suis digne d'être aimé ;
- je suis digne d'estime ;
- je suis efficace ;
- j'ai de la valeur ;
- je suis une bonne personne ;
- je le mérite.

Cette roue intérieure est actionnée par des particules et des ondes qui se déplacent à une vitesse supérieure à celle de la lumière, tandis que la roue extérieure fonctionne avec l'énergie sensorielle. Grâce à cela, la roue intérieure peut transformer le corps, le mental et l'âme via l'énergie du point zéro et enclencher presque instantanément la guérison et la résolution des problèmes. Le tableau suivant décrit les fonctions et les questions que posent les quatre parties chakriques : l'arrière, l'avant, la sphère intérieure et la sphère extérieure.

LES CORPS ÉNERGÉTIQUES DANS LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS

Les corps énergétiques se comptent par dizaines, si ce n'est par centaines, dans le panthéon des douze chakras. En voici quelques-uns qui peuvent être utiles aux praticiens énergétiques.

LES PRINCIPAUX CORPS DU MOI

Il existe sept corps d'énergie principaux dans le système des douze chakras³⁵⁹. Ce sont :

l'esprit : l'essence immortelle et éternelle qui renferme les vérités spirituelles du sujet et qui définit également son but et ses dons spirituels (liés aux facultés psychiques et aux siddhi hindous). D'un point de vue oriental, l'esprit détient le *dharma* ou la mission ;

l'âme : l'aspect du moi qui évolue dans le temps et l'espace pour engranger des expériences. Habituellement, l'âme nourrit au moins une mauvaise perception majeure qui sous-tend tout karma négatif ou schémas répétitifs néfastes ;

le mental : l'aspect du moi qui véhicule des croyances et des pensées. Le mental est une « entité non locale » reliée à d'autres esprits par un champ de pensée. Le mental se compose de plusieurs parties. Le « mental supérieur » est relié à l'esprit et au supraconscient ; le « mental moyen » est rattaché au cerveau (ou au corps physique) et à l'inconscient ; le « mental inférieur » représente l'âme et le subconscient ;

le corps physique : le véhicule du mental, de l'âme et de l'esprit et l'enveloppe des chakras. Les autres aspects du moi se relient aux chakras par les plans de lumière, niveaux de conscience qui servent de pont entre la vie et la mort et aident l'âme à évoluer³⁶⁰ ;

les chakras : ils contrôlent tous les aspects de l'existence humaine, à la fois physiquement et via les énergies subtiles, comme douze vortex liés au système endocrinien. Le « vous en vous » ;

le champ aurique : il gère la relation du moi avec le monde via douze bandes ou couches qui protègent, filtrent et émettent de l'information. Le « vous à l'extérieur de vous » ;

l'œuf énergétique : l'œuf énergétique, illustré par la *figure 5.27*, est un corps électromagnétique qui pénètre et entoure nos douze chakras et bandes auriques. Il forme le contour extérieur de notre système énergétique humain, en apparaissant télépathiquement comme un champ à trois couches vibrant d'énergies incandescentes. Travailler sur l'œuf énergétique à des fins thérapeutiques aide à réaliser différents objectifs. À travers lui, vous pouvez enrayer les programmes négatifs, relier votre conscience supérieure à votre conscience quotidienne, déceler et libérer les énergies négatives et attirer les énergies ou « ondes » spirituelles qui engendrent des changements durables.

LES TROIS COUCHES

Première couche : physique, cette couche se situe tout juste à proximité du douzième champ aurique et du corps. Elle relaye l'information énergie entre le corps, le psychisme et le monde au sens large. À travers elle, vous détournez ou attirez les énergies qui contribuent à la manifestation physique relevant de la programmation intérieure (souvent subconsciente ou provenant de l'âme). L'on peut joindre cette couche via la glande pinéale, mais également via les douzièmes champ aurique et chakra, reliée à trentedeux points secondaires dans le corps.

Deuxième couche : imaginative, cette couche se situe entre la première et la troisième couche de l'œuf énergétique. Elle ressemble à une fine ligne d'énergie parsemée d'énergies noires et d'énergies blanches. Cette couche attire ce que vous imaginez dans votre inconscient. Vous pourriez l'appeler la couche des rêves et des vœux. Si votre programmation est corrompue, vous accéderez à des énergies qui vous éloignent de votre destinée ou génèrent des fantasmes irréalistes. Si vous employez la seconde couche de manière saine, vos douzièmes chakra et champ aurique favoriseront la réalisation de vos désirs dans votre vie quotidienne.

Troisième couche : spirituelle, c'est l'aura la plus distante du corps. Cette couche scintillante est un corps d'énergie incandescent qui relie le contour extérieur des douzièmes chakra et champ aurique aux royaumes spirituels siégeant au-delà du moi humain. Elle n'attire que ce qui répond à vos besoins et buts spirituels ; elle est dès lors liée à ce que vous pourriez appeler votre conscience supérieure. Elle peut en fait attirer dans votre vie des énergies qui n'existent pas encore sur cette planète, mais dont vous et d'autres personnes bénéficieront. La possibilité d'accomplir des miracles au niveau physique et émotionnel relève du travail sur cette couche.

LES CORPS ÉNERGÉTIQUES SECONDAIRES

Vous trouvez ci-dessous quelques-uns des corps énergétiques secondaires du système des douze chakras :

- le *corps causal* contrôle le corps physique ;
- le *corps mental* traite les pensées et les sentiments ;
- le *corps bleu* ou *émotionnel* renferme les sentiments ;

- le *corps de souffrance* enregistre vos liens avec la souffrance et détient l'énergie de la souffrance elle-même ;
- le *corps gris* vous relie à des êtres de cette dimension et d'autres dimensions ;
- le *corps semence* détient les codes de votre mission et de votre destin spirituels ;
- le *corps argent* se rattache aux Annales akashiques, la mémoire de tout ce que vous avez pu faire, dire ou penser jusqu'ici – ou accomplirez dans le futur ;
- le *cordon d'argent* relie l'âme au corps tant que vous êtes en vie ;
- le *corps éthérique physique*, voisin de votre corps physique, renferme tous les programmes énergétiques affectant votre santé et votre bien-être. Il est semblable à la dixième couche aurique, située à l'extérieur de la peau et associée au dixième chakra. Ce corps éthérique peut voyager psychiquement indépendamment du corps, comme lorsque l'on rêve ;

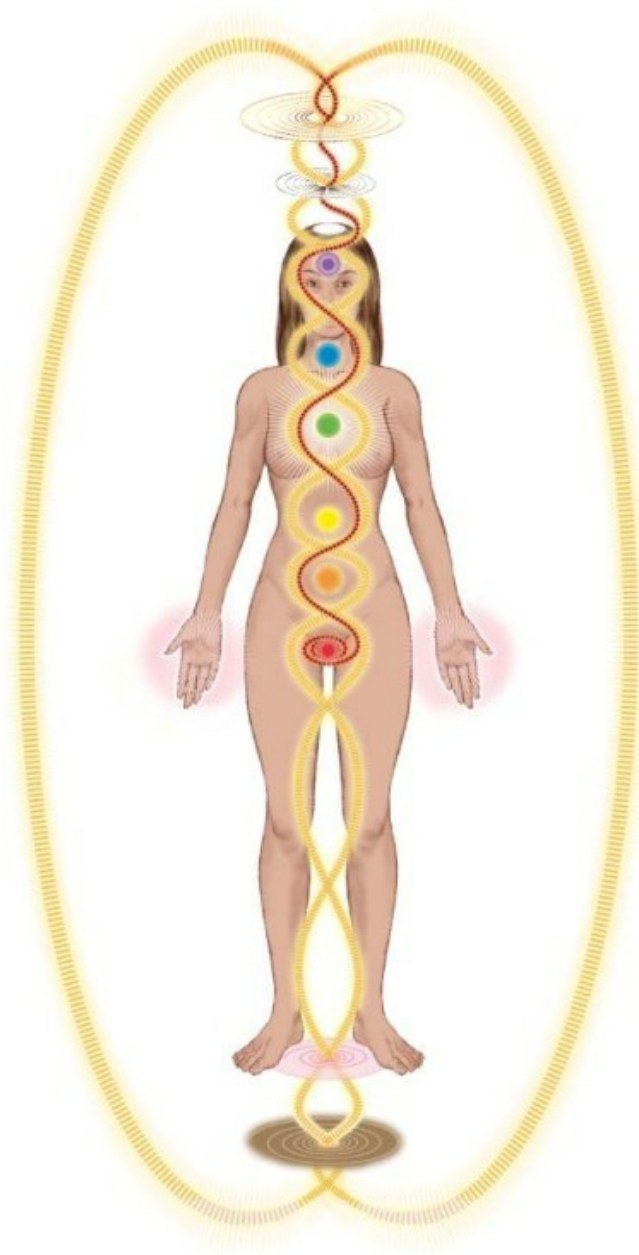


FIGURE 5.29

LA KUNDALINI ET LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS

Le système des douze chakras présente trois types de kundalini.

La kundalini rouge ou serpent active l'énergie vitale physique et s'élève depuis la partie inférieure de la colonne vertébrale. La kundalini d'or offre une clairvoyance spirituelle et s'introduit par le sommet de la tête. La kundalini rayonnante représente

la clé de l'illumination et rayonne du centre des chakras.

- le *corps éthérique de l'âme* enveloppe l'âme et renferme ses mémoires, empreintes et besoins énergétiques. Il peut voyager indépendamment de l'âme à travers les divers plans d'existence ;
- le *miroir éthérique* reflète votre essence en tant qu'être humain et divin et sert de modèle à la santé et à la fonction physique. Il réside dans les royaumes éthériques et vous renvoie l'image de votre état humain optimal, en générant les codes en parfaite adéquation avec votre corps physique et énergétique. À travers lui, vous accédez aux modèles exacts d'ADN et utilisez l'intention, des méthodes vibratoires ou diverses techniques pour induire directement la guérison dans votre corps ;
- le *corps de lumière* est une série de bandes d'énergie vibratoire qui émanent du noyau central du corps. Une fois activées, elles enveloppent le corps et lui permettent d'exploiter les divers plans d'existence qui l'entourent.

LA KUNDALINI ET LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS

Le système des douze chakras met en lumière la kundalini rouge ou serpent traditionnel – le serpent enroulé qui s'élève lorsqu'il est éveillé –, mais également deux autres processus de kundalini. La kundalini rayonnante est comparable à l'état d'illumination véritable, le scintillement de l'esprit dans chaque chakra et, par conséquent, dans le corps tout entier. Cette kundalini ne peut s'activer que lorsque l'on souhaite servir pleinement les autres et le divin. Son éclosion dépend également de l'épanouissement d'une autre kundalini : la kundalini d'or, qui descend des niveaux supérieurs au lieu de s'élever des niveaux inférieurs.

La kundalini d'or est une énergie spirituelle personnalisée. Elle véhicule la sagesse de l'âme individuelle dans le corps en suivant le cours d'un « fleuve » divin de lumière blanche. Le processus commence lorsque même une infime portion de kundalini rouge ou serpent s'est élevée jusqu'au chakra couronne. À ce moment-là, le neuvième chakra, situé à 45 cm et demi environ audessus de la tête, s'ouvre à l'énergie cosmique qui tourbillonne continuellement au-dessus de lui. Cette énergie blanche reflète la fusion du divin féminin et masculin, de l'énergie du « Dieu » et de la « Déesse ». En pénétrant le neuvième chakra, cette énergie céleste se couvre d'or, teintée par la nuance dorée de ce chakra.

Le neuvième chakra détient les « gènes » de l'âme d'un individu, les codes qui font d'elle une âme unique. Le flux de divinité absorbe les traits, les schémas, les dons et la mission personnels de l'âme et se déverse ensuite dans le corps, en passant d'abord par le huitième chakra, qui se situe lui aussi au-dessus de la tête, avant de pénétrer le corps physique par le septième chakra à la couronne. De là, la kundalini à présent vêtue d'or voyage à travers le système chakrique, y déposant la sagesse de l'âme et activant également les énergies spirituelles présentes au centre de chaque chakra. La kundalini d'or s'unit aussi à la kundalini rouge serpent ; elles fusionnent et demeurent paradoxalement indépendantes. Elle atténue également les effets parfois éprouvants de la kundalini rouge et, soudée à elle, voyage le long de la colonne et autour du champ aurique en lui servant de membrane protectrice.

La kundalini rayonnante ne peut s'activer qu'après que les kundalini rouge et or ont été éveillées et œuvrent de concert. Cette kundalini rayonne littéralement du centre de chaque chakra, qui renferme l'essence spirituelle d'une personne et la distingue en tant qu'avatar incarné.

La meilleure illustration de la kundalini d'or nous fut sans doute livrée par Sri Caitanya Mahaprabhu ou l'« Avatar d'or ». Il vécut au Bengale au début du xvi^e siècle et se rendit célèbre par ses pouvoirs surnaturels et sa compassion³⁶¹.

CHAKRAS ET ADDICTIONS

Les chakras fonctionnent sur des bandes de fréquence. S'ils sont perturbés par une série de facteurs tels que des problèmes survenus dans l'enfance, des perceptions négatives de l'âme, une maladie ou un traumatisme, un abus, un pessimisme religieux ou culturel, un préjudice ou autres difficultés, ces bandes vibratoires se « déforment ». Pour y faire face, le corps puise dans le monde pour tenter de renforcer ou de diminuer l'énergie afin de rétablir son équilibre. Malheureusement, la plupart de ces

pseudo-solutions entraînent une addiction et représentent des substances ou des comportements dangereux, qui émettent et fonctionnent sur une fréquence fixe³⁶².

L'un des principaux domaines de la dépendance est la nourriture. Plus de 60 % des Américains sont aujourd'hui en surpoids et 30 % d'entre eux environ sont jugés obèses. L'une des raisons des dépendances à la nourriture est la malnutrition, qui constitue un problème global, même parmi des nations aisées qui abondent en ressources alimentaires. La terre a été vidée de ses nutriments ; nos sources d'eau sont polluées ; et les substances chimiques, les hormones et les additifs altèrent la composition des aliments ainsi que celle de notre corps. Le manque entraîne des désirs compulsifs. Outre les facteurs psychologiques, comme l'obsession de la jeunesse et de la minceur, et les fast-foods, le monde occidental croule sous les problèmes alimentaires.

Chaque chakra entretient une relation différente avec les substances physiques parmi lesquelles les aliments. Voici un aperçu des problèmes d'addictions qui relèvent des divers chakras.

FIGURE 5.30
CHAKRAS ET ADDICTIONS

Chakra	Addictions : substances/comportements
Premier	Drogues dures, alcool, travail, sexe, malaises et vomissements, implication dans des accidents, exercice physique, mutilation, comportements sadiques et masochistes, dépenses, dettes, lait, graisses et viande
Deuxième	Gluten, blé, féculents, alcool à base de céréales, chocolat, certaines ou toute la gamme des émotions (comme dans le cas de l'hypersensibilité)
Troisième	Travail, perfectionnisme, marijuana, caféine, boissons gazeuses, alcool à base de maïs, bière et dextrose
Quatrième	Ecstasy, amour (besoin d'être tout le temps amoureux), relations particulières (personnes dont vous ne pouvez pas vous séparer), cigarette, vin, sucre, bonbons et édulcorants artificiels comme l'aspartame et la saccharine
Cinquième	Lecture ou bavardage compulsif, boulimie, fumer ou chiquer du tabac
Sixième	Haine de soi (due notamment à une piètre image de son corps), apparences (s'en inquiéter de manière compulsive), chocolat, substances psychotropes et comportements comme le lavage des mains, la critique excessive, etc.
Septième	Stimulants ou tranquillisants, fanatisme religieux, prière ou méditation pour fuir la réalité, dépression ou anxiété
Huitième	Substances qui peuvent être utilisées dans un but curatif, comme le tabac, la nicotine, le café et l'alcool ; la personnalité chamanique les emploie pour tenter de traiter les problèmes des autres qu'elle absorbe
Neuvième	Pauvreté, simplicité, faire le bien d'autrui – au point de se faire du mal ; la personnalité du neuvième chakra est un idéaliste et peut parfois blesser son moi pour aider le monde
Dixième	Champignons psilocybes ; sport d'extérieur dans le but de s'évader de la réalité (comme la randonnée) ; focalisation sur les animaux ou la nature dans le but d'éviter ses semblables ; aliments ou légumes-racines, noix, substances chimiques
Onzième	Pessimisme, pouvoir (comme le besoin d'avoir le contrôle)
Douzième	Comportements immatures et relations de toutes sortes

LE SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE MYSTIQUE JUIF

L'ancienne Kabbale

NOTE : Il existe plusieurs graphies pour *Kabbale* : notamment *Cabbale* et *Qabale*. L'on peut également orthographier *sephiroth* – les centres de conscience principaux de la Kabbale – de différentes manières, comme *sefirot* ou *sephirot*, ainsi que les noms de ces diverses sphères. Les graphies n'ont pas été choisies dans le souci de privilégier l'une par rapport à l'autre. Elles seront cependant employées de manière cohérente pour vous faciliter la lecture.

LES RACINES DE LA KABBALÉ

La Kabbale est un système énergétique mystique né des anciens Hébreux. Il s'agit sans doute du système énergétique le plus universel et fondamental expliquant l'origine du monde, le Créateur, un ensemble complexe de corps énergétiques et le lien entre l'homme et le divin. Bien que qualifiés de « juifs », les ingrédients de la Kabbale sont largement disséminés dans des douzaines de cultures et sur des milliers d'années. Le système que l'on aborde ici est considéré comme un mélange de la Kabbale juive et d'idées provenant de la Kabbale africaine, égyptienne et chaldéenne, ainsi que d'applications contemporaines présentées notamment par des auteurs comme Ted Andrews et Rabbi Laibl Wolf⁶³.

Le mot *Qabalah* dérive de *qibel*, « recevoir ». Une légende raconte que la connaissance de la Kabbale fut conférée pour la première fois à Moïse au mont Sinaï devant le buisson ardent. Une autre histoire rapporte que Dieu l'enseigna aux anges qui la transmirent ensuite aux enfants de la Terre pour qu'ils puissent transcender le plan terrestre et s'élever à nouveau vers les cieux. Quelle que soit la véritable origine de la Kabbale, l'histoire nous ramène à Rabbi Joseph ben Akiva, qui vécut entre 50 et 132 ap. J.-C. Dans un état de transe, Rabbi Akiva rédigea une série de textes du nom de *L'Œuvre du chariot* (*Maaseh Merkava*), réflexions sur la connaissance juive sacrée. Il entreprit ce voyage initiatique de l'âme avec trois autres confrères et tous reçurent la vision d'un Dieu fait de lumière infinie. Seul ben Akiva survécut à l'expérience.

Son œuvre fut développée et finalement nommée Kabbale, des siècles plus tard, par le mystique Salomon ibn Gabirol. Les Kabbalistes formèrent une société secrète, cherchant les mystérieuses connexions rattachant les enseignements de la Torah à d'autres sujets, dont les nombres et l'alphabet hébreu. Une autre interprétation encore, du nom de Zohar, devint le pilier du monde kabbalistique.

La Kabbale se fonde sur l'idée que chacun de nous représente un microcosme. Toutes les forces de l'Univers nous sont disponibles mais, pour les manifester, nous avons besoin d'un plan. L'Arbre de Vie constitue ce plan, en révélant les clés d'accès aux énergies, pouvoirs, forces et formes de vie dans notre existence.

L'Arbre de Vie symbolise la conception microcosmique et macrocosmique de l'Univers. Comme l'Arbre, nous sommes ancrés dans la terre et nous nous déployons vers les cieux. Cet arbre émerge de la nuit des temps – lorsqu'il n'existait que le néant (appelé *Daath*). Ce néant renfermait toute

chose, mais rien n'était encore né – jusqu'à ce que le divin progresse à travers neuf étapes de manifestation s'achevant par une dixième, l'incarnation physique. Il nous laissa de cette façon un « chemin de retour » pour que nous puissions évoluer et atteindre l'illumination. Chaque étape peut être perçue comme l'une des branches de l'Arbre. Ces branches sont les Dix Sephiroth ou sphères de conscience. Vingt-deux lignes, appelées sentiers, relient ces différents sephiroth. Les sephiroth et les sentiers forment ensemble les Trente-deux Voies de la Sagesse, passerelles d'expérience menant à une plus grande harmonisation spirituelle. Ces sephiroth équivalent aux corps énergétiques et les sentiers sont semblables aux canaux énergétiques. Ils composent ensemble un système énergétique similaire au système hindou des chakras et nadis, qui encourage l'évolution de l'âme à travers le flux serpentin de la kundalini. Contrairement aux centres hindous, les sephiroth ne sont cependant pas considérés comme de véritables centres physiologiques. Il s'agit plutôt de centres symboliques ; et le corps représente une métaphore.

LES DIX SEPHIROTH

Nous pouvons décrire les sephiroth de nombreuses manières. Un sephiroth est habituellement lié à un titre spécifique, qui reflète son énergie ou principe premier : un nom divin, révélant une nature particulière du Dieu véritable ; un archange ou une hiérarchie d'anges servant de gardiens des portes ou de guides à cette sphère ; un emplacement en rapport avec le corps ; un vice ou le déséquilibre potentiel qui se produit si nous n'intégrons pas pleinement les leçons des sphères ; une vertu ou la qualité nécessaire pour incarner pleinement cette sphère ; un apprentissage représentant la sagesse que nous pouvons acquérir à travers cette sphère ; un corps céleste ; et une couleur.

Malkuth, par exemple, constitue la dixième sphère et assure un lien avec le monde élémentaire. Son nom divin est Adonai Ha-Aretz, le Dieu qui œuvre dans le monde physique. Ce sephiroth est assisté par l'archange Sandalphon et l'ordre angélique des Ashim ou les Flammes de Feu, composé essentiellement de saints provenant de la Terre.

Situé près des pieds, il gouverne le corps et les sens, suscite les vices de l'inertie et de l'avidité, et inspire la vertu du discernement. De couleur terre, il régit le corps céleste de la Terre. Vous trouverez ciaprès un aperçu de chacun des dix sephiroth et d'un espace appelé *Daath*, qui n'est techniquement pas une sphère ou sephiroth. Il reflète plutôt la vacuité qui renferme tout ce qui pourrait se manifester.

MALKUTH, LA DIXIÈME SPHÈRE, NOUS RELIE AU MONDE ÉLÉMENTAIRE

Malkuth est la sphère la plus proche de notre conscience quotidienne et celle qui affecte le plus directement notre vie physique. Elle recueille les énergies de chacun des autres sephiroth, étant la dernière à incarner l'Étincelle divine. Elle nous permet d'accéder au divin dans le royaume physique.

YESOD, LA NEUVIÈME SPHÈRE, ÉTABLIT NOS FONDATIONS

Yesod est la sphère dans laquelle tout est possible. Elle représente les images et les motivations de notre mental et de notre personnalité.

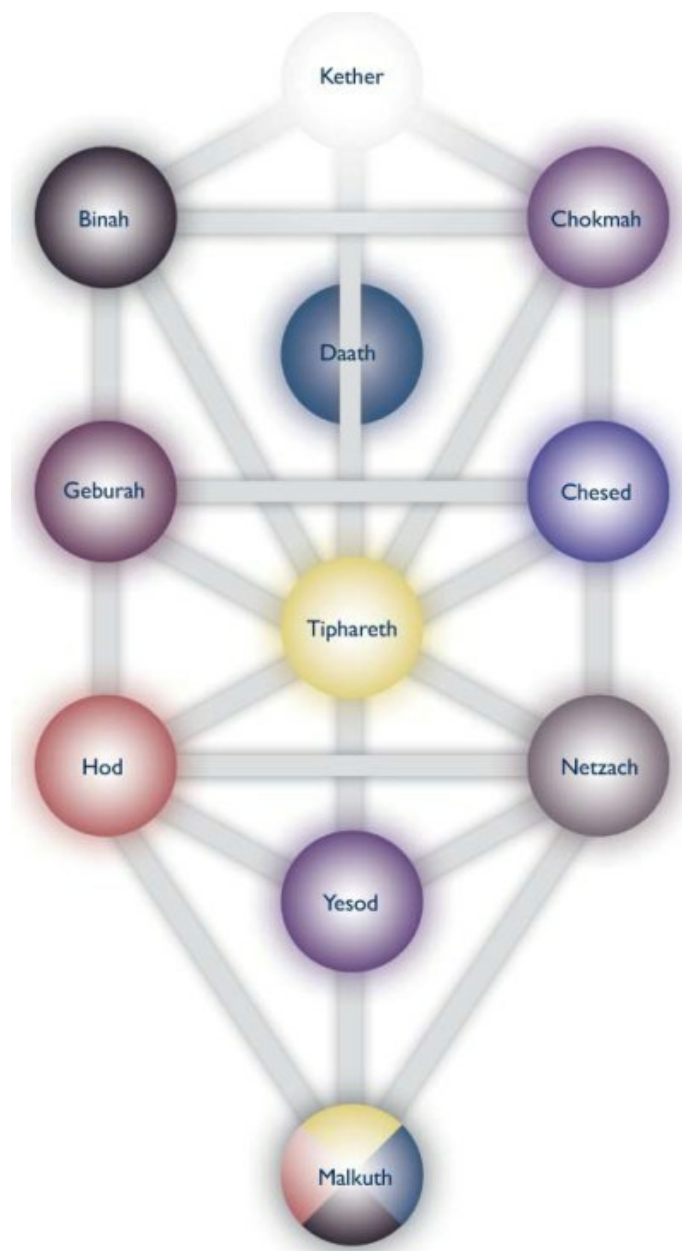


FIGURE 5.31
L'ARBRE DE VIE : LES DIX SEPHIROTH

Il est important de remarquer que les sephiroth ne flottent pas dans l'espace. Comme les chakras, ce sont des niveaux de conscience qui résident en nous et qui nous sont accessibles. En nous concentrant sur les vingt-deux sentiers reliant les sephiroth, nous enclenchons un processus que l'on appelle l'« Éveil de l'étincelle divine ». Les sephiroth sont de nature duelle. Chacun d'eux représente un niveau différent de conscience ainsi qu'une phase dans la manifestation de l'étincelle divine. Chacun d'eux renferme un défi ainsi que la sagesse et l'énergie nécessaires pour propulser un initié vers le sephiroth suivant. Le processus global se nomme « la Voie de l'Épée flamboyante ».

Par elle, nous nourrissons les idées et les croyances qui se manifesteront dans le monde physique.

En Yesod, nous décelons les rythmes et cycles de la vie ainsi que nos désirs. C'est ici que résident les fonctions subconscientes, biologiques et psychiques de notre existence. Travailler avec Yesod vous permet de développer des visualisations, des modèles pour accéder à l'énergie des autres niveaux.

HOD, LA HUITIÈME SPHÈRE, DONNE ACCÈS À LA PENSÉE EMPATHIQUE

Hod est souvent appelée *Gloire* et décrit les types de pensées et idées que nous désirons faire fleurir dans notre esprit. Cette sphère est vouée principalement à la communication ; elle nous encourage à travailler sur des idées, des paroles et des enseignements supérieurs, souvent ceux liés à l'alchimie et

aux mystères. Hod gouverne également le voyage, le mouvement et la réflexion.

NETZACH, LA SEPTIÈME SPHÈRE, EMBRASSE LE SENS PAR LES SENTIMENTS

Regardez autour de vous, le monde est empli de beauté, et Netzach nous offre la vision pénétrante pour la déceler. Ce niveau nous demande de prendre conscience de la profonde merveille de la création, et de triompher des émotions qui nous empêchent d’exprimer notre gratitude. Nous savons tous que les émotions peuvent mener au bonheur ou au désespoir. Netzach représente le sentiment et, sur l’Arbre de Vie, il est contrebalancé par Hod, la pensée. La véritable maîtrise de nos émotions, dont nos pulsions sexuelles, est possible si nous équilibrons ces deux polarités en recherchant l’amour. Ce n’est pas une surprise si Netzach est représenté par un éclair – l’inspiration qu’il nous faut susciter par nos passions.

LES SEPHIROTH ET LEURS CORRESPONDANCES CHAKRIQUES

L’on peut travailler de plusieurs façons avec l’Arbre de Vie, notamment au travers de ses correspondances avec le système chakrique – et par là même avec le corps physique et les différents systèmes corporels. Voici un aperçu de ces relations, d’après Will Parfitt dans son livre The Elements of the Qabalah³⁶⁴.

FIGURE 5.32
LES SEPHIROTH ET LEURS CORRESPONDANCES CHAKRIQUES

Système corporel	Sephiroth, Chakra ou Voie	Attribut humain ou Partie du corps
Système nerveux central	Kether	Énergie vitale et conscience
	Chokmah	Hémisphère cérébral gauche
	Binah	Hémisphère cérébral droit
	Sixième et septième chakras	Tête et dos
	Voie 1-2	Œil et oreille gauches, glande pituitaire
	Voie 1-3	Œil et oreille droits, glande pinéale
	Voie 2-3	Nez, bouche
	Voie 1-6	Moelle épinière
	Voie 6-9	Moelle épinière, plexus solaire
Systèmes cardiovasculaire et respiratoire	Tiphareth	Cœur, thymus
	Quatrième chakra	Cœur, thorax
	Voie 2-6	Artères, sang oxygéné
	Voie 3-6	Veines, sang désoxygéné
	Voie 4-5	Rate, lymphe
	Voie 4-6	Poumon gauche
	Voie 5-6	Poumon droit
	Netzach	Rein gauche

Systèmes digestif et excréteur	Hod	Rein droit
	Troisième chakra	Plexus solaire/abdomen
	Voie 4-7	Gros intestin (descendant), rectum
	Voie 6-7	Estomac
	Voie 5-8	Gros intestin (ascendant et transverse)
	Voie 6-8	Foie, vésicule biliaire, pancréas
	Voie 7-8	Intestin grêle
	Voie 9-10	Vessie, peau
Système reproducteur	Yesod	Organes sexuels
	Deuxième chakra	Organes sexuels internes et externes
	Voie 7-9	Masculin : vésicule séminale et canal déférent gauche Féminin : trompe utérine et ovaire gauches
	Voie 8-9	Masculin : vésicule séminale et canal déférent droits Féminin : trompe utérine et ovaire droits
Système locomoteur	Malkuth	Corps considéré comme un tout, pieds
	Premier chakra	Jambes, pieds, systèmes squelettique et musculaire
	Voie 7-10	Squelette, os, muscles gauches
	Voie 8-10	Squelette, os, muscles droits

TIPHARETH, LA SIXIÈME SPHÈRE, DÉPLOIE LA SAGESSE DU CŒUR

C’est ici la demeure du parfait émerveillement, là où nous trouvons en nous le soleil de la vérité. Tiphareth est situé au centre de l’Arbre de Vie, ce qui révèle son importance. L’on nous demande à ce niveau si nous sommes prêt à renoncer à nous-même – au point même de nous sacrifier – pour l’amour des autres.

GEBURAH, LA CINQUIÈME SPHÈRE, INVOQUE NOTRE FORCE INTÉRIEURE

Sommes-nous prêt à nous approprier et à révéler notre pouvoir et force intérieurs ? Geburah est maîtresse du changement et des décisions, et nous invite à aller de l’avant avec courage et intelligence. À ce niveau, vous découvrirez l’avers et le revers du pouvoir, car nous ne pouvons accomplir notre volonté sans apprendre à manier la lame à double tranchant de la force. Enfin, cette sphère aiguise notre vigilance à l’usage éthique de la force et du pouvoir.

CHESED, LA QUATRIÈME SPHÈRE, LIBÈRE LE FLUX DE L’AMOUR

Chesed se trouve au centre des aspirations de l’humanité à la compassion et à la grâce. L’énergie de cette sphère est souvent comparée à la fluidité de l’eau. Nous devons à ce niveau laisser la source des sentiments supérieurs éteindre les besoins des autres.

DAATH, LA NON-SPHÈRE, REPRÉSENTE LA VACUITÉ

Chacun de nous détient le potentiel d'évoluer – en bien ou en mal. Nous faisons le choix en Daath, le vide dont tout émerge et émergera. C'est ici, dans la région supérieure de notre cœur, que nous trouvons la porte par laquelle nous pouvons attirer à nous l'énergie créatrice et réaliser ce que nous désirons vraiment, si nous surmontons nos peurs de l'inconnu.

BINAH, LA TROISIÈME SPHÈRE, SUSCITE LA RÉFLEXION SUPÉRIEURE

C'est ici que se réalisent la compréhension, l'accomplissement du passage de la réflexion logique et critique aux pensées supérieures. Binah nous encourage à regarder au-delà de nos combats et de déceler ce que nous acquérons grâce à eux.

CHOKMAH, LA DEUXIÈME SPHÈRE, DISSIPE L'ILLUSION

Chokmah nous invite à disséquer la tromperie et les pensées nébuleuses, en révélant ainsi la merveilleuse pureté de l'Univers. Cette sphère éveille souvent nos dons intérieurs et talents exceptionnels.

KETHER, LA PREMIÈRE SPHÈRE, CONFÈRE LA GLOIRE SUPRÊME

Kether couronne l'Arbre de Vie, en occupant son sommet, là où nous sommes le plus proche de l'énergie unifiée de l'Eïn Sof. Il s'agit de notre source, du lieu dont nous provenons et vers lequel nous nous élevons à présent. Il constitue la première manifestation de la Création et représente la pureté.

LA GUÉRISON PAR LES CORPS DE LUMIÈRE

Comme nous l'avons vu, le corps humain est un véritable univers composé de corps énergétiques – vortex de lumière tourbillonnants qui transforment littéralement l'énergie sensorielle en énergie spirituelle, et inversement. En utilisant la connaissance de ces corps de lumière en thérapeutique, l'on est capable de convertir ce qui est possible et de le rendre probable – et potentiellement bien réel.

Quels sont ces procédés qui aident les praticiens et les patients à faire usage de la connaissance des chakras, ainsi que de celle des autres structures subtiles ? Rendez-vous à la sixième partie pour le découvrir.



LES PRATIQUES ÉNERGÉTIQUES

Cette section décrit une variété de systèmes de guérison basés sur les vibrations et qui altèrent l'anatomie subtile. Nombre d'entre eux se fondent sur le corps physique, mais travaillent également avec ou sur les énergies subtiles.

Les systèmes de guérison présentés ici combinent le travail sur les énergies subtiles et au moins deux des trois principales structures énergétiques : les champs, les canaux ou les corps. Cette section comprend également de brèves descriptions de dizaines d'autres pratiques de guérison énergétique que nous n'avons pas abordées dans ce livre jusqu'à maintenant. Il existe des centaines de pratiques se basant sur l'énergie ; celles que nous évoquons ici sont simplement représentatives de ce qui est disponible.

L'ACUPUNCTURE

L'acupuncture est une pratique basée sur l'introduction d'aiguilles en des points d'acupuncture du système des méridiens, en vue de rétablir l'équilibre dans le corps.

Les points d'acupuncture sont situés juste en-dessous de l'épiderme. Des aiguilles spécialement étudiées à cet effet sont insérées au niveau de ces points, généralement à un centimètre environ sous la peau, pour aider à corriger le flux de l'énergie dans le corps. Le praticien peut laisser les aiguilles dans le sens de la percée ou les tourner pendant dix minutes maximum. Elles peuvent être maintenues pendant quelques minutes à une heure et demi environ.



FIGURE 6.1
L'ACUPUNCTURE

L'acupuncture consiste à introduire des aiguilles en des points du système des méridiens en vue d'équilibrer le corps.

Les praticiens traditionnels utilisent souvent la moxibustion, décrite plus loin, en complément de l'acupuncture. Certaines techniques de traitement plus contemporaines comprennent la stimulation des points par la couleur, des lames vibrantes, un courant électrique ou des aimants, comme nous l'aborderons dans les prochaines sections. D'autres techniques de pointe utilisent un *tac shin*, petit dispositif semblable à un ressort qui se substitue à l'aiguille ; un stimulateur piézoélectrique, reconnu pour son aide en matière de soulagement de la douleur ; et le HeNe ou laser hélium-néon³⁶⁵.



FIGURE 6.2
LA MOXIBUSTION

La moxibustion consiste à placer des feuilles d'armoise séchées à proximité d'un point d'acupuncture. Ces feuilles aident le corps à se débarrasser de ses toxines.

L'ACUPUNCTURE ANALGÉSIQUE

Depuis des siècles, nous utilisons l'acupuncture comme analgésique ; certains l'emploient en chirurgie en remplacement de l'anesthésie. Cette forme d'acupuncture, que l'on appelle l'acupuncture analgésique, puise ses racines dans la chimie du corps. Les chercheurs ont compris depuis longtemps que certains endroits du corps peuvent produire des endorphines, qui stimulent l'esprit des personnes ainsi que leur résistance à la douleur. Des scientifiques ont également découvert que le corps renferme de la morphine, ce qui pourrait expliquer certaines des réactions antalgiques induites par l'acupuncture. Une équipe de recherche française a décrit une nouvelle voie de transmission de la douleur, appelée *voie spino-ponto-amygdaloïde*, qui semble faciliter le soulagement de la douleur. D'autres théories se concentrent sur l'existence de sites récepteurs de la sérotonine dans le corps, auxquels on pourrait également accéder par l'acupuncture³⁶⁶.

LA MOXIBUSTION

La moxibustion consiste en l'utilisation de feuilles d'armoise séchées qui, une fois brûlées, sont placées à proximité des points d'acupuncture pour générer de la chaleur. L'armoise se présente sous forme de bâtonnets ou de pâte. La moxibustion est plus fréquemment utilisée pour traiter des maladies chroniques telles que l'arthrite, le syndrome prémenstruel, les problèmes abdominaux et gastriques, l'indigestion, la diarrhée chronique et autres états analogues. Elle s'utilise avec douceur, ne traite pas les symptômes de chaleur et ne s'applique pas à la région utérine d'une femme enceinte. L'on peut recourir à la moxibustion conjointement avec les aiguilles au cours d'une séance d'acupuncture.

LES VENTOUSES

Cette technique consiste à créer un vide dans une ventouse posée contre la peau afin de débloquer la stagnation dans le corps, généralement en employant des coupelles en céramique, en verre ou en bambou. La taille des ventouses dépend de la partie du corps sur laquelle on travaille. L'on enflamme une boule de coton dans la ventouse pour créer un vide et, après l'avoir ôtée en toute sécurité, on place la ventouse sur les points d'acupuncture qui nécessitent une attention particulière. La ventouse est maintenue dans cette position pendant cinq à dix minutes pour favoriser la stimulation du qi. Elle laisse souvent au patient une contusion, qui disparaît après quelques jours. De par cette contusion, il faut prendre soin de s'assurer que le patient ne présente pas de problème sanguin ou cutané que le traitement pourrait aggraver.

L'ÉLECTROACUPUNCTURE ET LE DÉPISTAGE ÉLECTRODERMIQUE

L'électroacupuncture est une forme d'électrothérapie qui transmet un courant électrique aux points d'acupuncture. Elle commence par détecter l'électromagnétisme du corps du patient et finit par délivrer un traitement électrique.

L'électroacupuncture constitue un prolongement de la technique des aiguilles d'acupuncture. L'une de ses premières formes fut inventée en Chine en 1934³⁶⁷. Le traitement consistait à envoyer des courants électriques entre deux aiguilles. Le système a depuis été modernisé. Sous sa forme première, un praticien effectue d'abord un diagnostic et insère ensuite des aiguilles. Les aiguilles sont rattachées à un appareil électrique, qui libère un flux continu d'impulsions électriques, dont on peut ajuster la fréquence et l'intensité. L'on peut utiliser plusieurs paires d'aiguilles en même temps. Les avantages de l'électroacupuncture, par opposition à la manipulation manuelle des aiguilles, se résument à une stimulation plus régulière, plus contrôlée et de plus forte intensité.

Ce type d'électroacupuncture est plus fréquemment utilisé dans le soulagement de la douleur et le traitement des traumatismes physiques. L'une de ses variantes est la *neurostimulation électrique transcutanée* ou TENS. Selon la théorie médicale traditionnelle chinoise, la douleur est causée par la

congestion ou la stagnation. La stimulation qu'on lui adjoint est censée « secouer » la stagnation et, dès lors, réduire l'inflammation.

Comment fonctionne l'électroacupuncture ? Probablement de la même façon que l'acupuncture. La théorie veut que le courant électrique stimule les points d'acupuncture, en excitant les voies nerveuses dans les profondeurs du tissu et de la colonne vertébrale. Il active la capacité du corps à empêcher les signaux de douleur d'atteindre le cerveau et provoque l'analgésie sous forme d'endorphines et d'enképhalines. Une nouvelle vague d'appareils d'acupuncture a envahi le marché.



FIGURE 6.3

LES VENTOUSES

Par cette technique, le praticien utilise une ventouse, créant un vide le long d'une ligne de méridiens ou autour d'un point d'acupuncture, afin de stimuler le qi.

Certains d'entre eux se basent sur le système Ryodoraku, développé par le Dr Yoshio Nakatani qui présenta ses recherches en 1951. Il fit la découverte d'une série de points hautement conducteurs jalonnant le corps de haut en bas, en étroite relation avec les méridiens. Il donna à ces derniers le nom de *Ryodoraku* – bon (*ryo*), électro (*do*) et ligne (*raku*) – et aux points celui de *Ryodoten*³⁶⁸. Nakatani théorisa que plusieurs des points qu'il utilisait apparaissaient le long des voies du système nerveux autonome et représentaient des dysfonctionnements internes. L'insertion d'aiguilles rend les points inoffensifs du point de vue électrique et entraîne le soulagement des symptômes.

La majorité des dispositifs occidentaux se fondent sur les travaux de l'Allemand Reinhold Voll. En 1958, Voll combina l'acupuncture et un galvanomètre pour diagnostiquer et traiter des déséquilibres énergétiques. Sa méthode répond au nom d'*Électroacupuncture selon Voll* (EAV), ainsi que de dépistage électrodermique (EDS), diagnostic des fonctions bioélectriques (BFD), thérapie par biorésonance (BRT), évaluation du stress des méridiens (MSA) et technique régulatoire de bioénergie (BER). Voll enrichit l'acupuncture traditionnelle de trois manières. Il découvrit des méridiens auparavant inconnus, qu'il qualifia de « systèmes », ainsi que des points inconnus jalonnant les méridiens classiques et des fonctions inconnues aux points existants. Sa compréhension des méridiens intégrait la pensée traditionnelle chinoise et recouvrait des notions concernant les tissus, les articulations, la peau, le drainage lymphatique et les réactions allergiques³⁶⁹.

LE SYSTÈME D'ACUPUNCTURE ZONALE KUBOTA³⁷⁰

Le Dr Naoki Kubota, détenteur de plusieurs diplômes en acupuncture, a développé un système d'acupuncture hautement efficace après plus de trente ans de pratiques et d'études. Le système Kubota utilise des techniques d'acupuncture à une seule aiguille pour contrôler la douleur, guérir, purifier et équilibrer. Nous l'abordons dans ce livre parce que son tableau présente un programme de traitement rigoureux qui combine les pensées occidentale et orientale. Il met également en évidence des techniques tirées de l'acupuncture traditionnelle chinoise et japonaise.

Le système de Kubota mêle la science, les théories et les techniques des médecines orientale et occidentale. Le docteur a étudié l'acupuncture japonaise et chinoise et a assisté les médecins occidentaux dans leurs pratiques. Sa formation orientale englobe la forme d'acupuncture japonaise ancestrale que l'on appelle l'*Ishizaka Ryu* et l'ancien système d'acupuncture chinois du *Hua Tuo Jiaji*.

Se basant sur son travail avec ces systèmes orientaux, Kubota pense que la colonne vertébrale et les zones spinales sont les plus importantes du corps ; en termes de méridien, il met en évidence les méridiens du vaisseau Gouverneur et de la Vessie. Il travaille également avec plus de 300 points d'acupuncture de la région spinale, dont les points méridiens, les points Hua Tuo Jiaji et des points récemment découverts. D'autres traditions, comme le yoga et le taoïsme, croient également que la colonne vertébrale est le centre du corps et le siège du flux énergétique principal. Maints Occidentaux ne débattraient pas à ce sujet, parce que d'un point de vue anatomique, les nerfs partent du cerveau et parcourent la moelle épinière, en régulant ainsi l'ensemble du corps.

À l'instar de la plupart des praticiens orientaux, le Dr Kubota conçoit que le flux énergétique du corps, le sang et les liquides corporels doivent pouvoir circuler de manière libre et constante, ou la maladie et la douleur s'installeront. Il travaille principalement avec les points de croisement de la ligne de gravité et de la colonne vertébrale. Ce sont les points crânio-atlas, cervico-thoracique, thoraco-lombaire et lombo-sacré.

Il est fréquent de présenter des indurations, ou signes d'inflammation, à mi-distance entre chacune de ces régions. Les traitements se concentrent prioritairement sur ces indurations.

Les applications de l'acupuncture zonale Kubota diffèrent des autres procédures d'acupuncture. Dans l'acupuncture orientale traditionnelle, de multiples aiguilles sont insérées à des points particuliers du corps et maintenues durant un certain temps pendant que les patients se tiennent immobiles. L'Acupuncture Zonale Kubota utilise une seule aiguille qui est appliquée via un tube en de nombreux points stratégiques du corps. L'aiguille est insérée et ôtée à maintes reprises dans un mouvement continu. Elle n'est jamais introduite puis maintenue en place. Cette façon de procéder est sans douleur et ne requiert pas l'immobilité du patient. Le soulagement de la douleur apparaît dans un court laps de temps et la guérison s'amorce. Le Dr Kubota propose des formations couvrant les quatre principaux procédés d'aiguillement utilisés dans son programme.

LA THÉRAPIE AURA-SOMA

La thérapie Aura-Soma est un phénomène relativement nouveau sur la scène de la chromothérapie. Développée par Vicky Wall, cette méthode thérapeutique combine les pouvoirs vibratoires de couleurs, de cristaux, d'arômes et de lumières pour harmoniser tous les aspects du moi. De nombreux concepts de Wall tirent leur origine d'études antérieures sur les Hassidim, son père étant kabbaliste et zoharien ; ces traditions mystiques mêlent la connaissance de la philosophie, l'énergie et la médecine à base de plantes.

Au début des années 1980, Vicka perdit la vue, mais parvint à percevoir une voix lui insufflant la

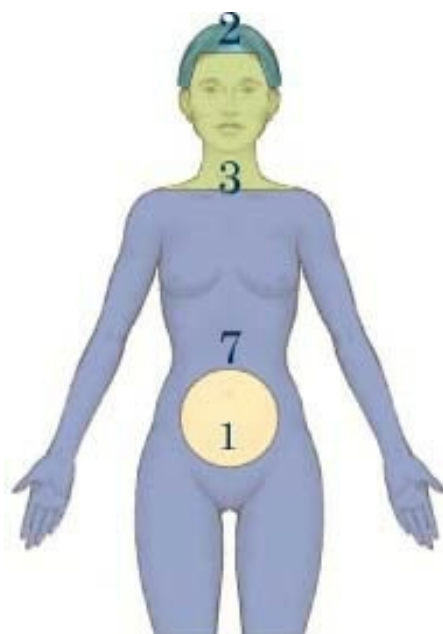
création de « flacons magiques » de couleurs variées, chacun d'eux représentant une propriété différente. Son système se fonde sur l'idée que chaque couleur est une longueur d'onde lumineuse qui peut influencer les émotions via les chakras. Un patient sélectionne ses propres flacons ou couleurs et, ce faisant, s'évalue et s'auto-guérit.

SIGNIFICATION DES COULEURS AURA-SOMA

Bleu :	paix et communication.
Bleu roi :	connaissance du sens de notre présence ici-bas.
Clair (blanc) :	souffrance et compréhension de la souffrance.
Corail :	amour non partagé.
Jaune :	connaissance acquise.
Magenta :	amour des petites choses.
Olive :	clairvoyance et sagesse.
Or :	sagesse et peur profonde.
Orange :	indépendance/dépendance ; choc et traumatisme ; vision pénétrante et félicité.
Rose :	amour inconditionnel et bienveillant.
Rouge :	énergie, ancrage, questions de survie.
Turquoise :	communication, en particulier liée aux médias ou à la créativité.
Vert :	espace ; quête de vérité.
Violet :	spiritualité, guérison, service.

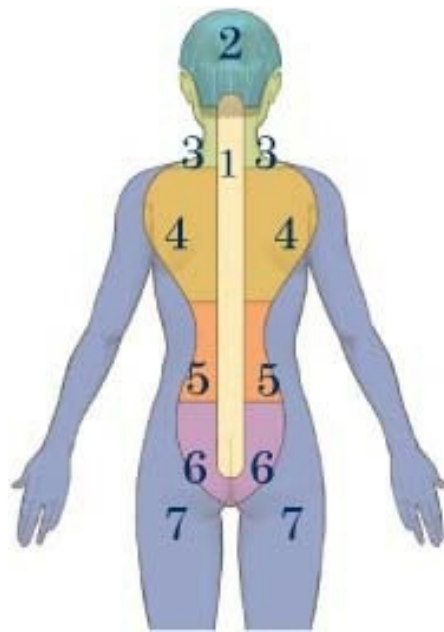
L'AYURVÉDA³⁷¹

L'ayurvéda est un ancien système thérapeutique originaire d'Inde, vieux d'au moins trois mille ans, qui considère que la maladie est le résultat d'un équilibre perturbé ou d'un manque de modération. Signifiant « connaissance de longue vie », l'ayurvéda travaille étroitement avec le système chakrique ainsi qu'avec la connaissance de divers champs énergétiques, et s'avère être aussi complexe et approfondi que le système médical traditionnel chinois. La légende raconte qu'il fut révélé par le dieu Brahma. La pratique de l'ayurvéda englobe huit domaines : la médecine interne ; la chirurgie ; l'otorhinolaryngologie et l'ophtalmologie ; la pédiatrie ; la toxicologie ; la purification des organes ; la santé et la longévité ; et la guérison spirituelle. Le cœur de sa philosophie repose sur le fait que la maladie se fonde sur la science et tire généralement son origine de l'*indigestion purana*, « mère de toutes les maladies ». Cela signifie que la plupart des maux naissent au niveau du tractus gastro-intestinal, encombré par les aliments non digérés, appelés *ama*. Lorsque nous nous alimentons de manière inappropriée ou nous sentons dérangés, nous passons par cinq étapes de la maladie :



Zones	Côté gauche du corps						
1 Zone primaire	Traitement primaire de l'ensemble du corps, l'abdomen antérieur et la région paraspinale arrière						
2 Zone crânienne	Cerveau, glande pituitaire, cheveux, cuir chevelu, tête						
3 Zone cervico- faciale	Autres liens	Organes		Glandes endo- crines	Articulations	Musculature	Organes sensoriels
	Schizophrénie Troubles mentaux Migraine Artères Concentration de tous les organes	Yang Vésicule biliaire C5-C7 Estomac C5-C7 Duodénum C5-C7	Yin Poumon gauche C5-C7 Cœur, foie, C3, C5-C7 Pancréas C5-C7	Pituitaire Lobe postérieur C5-C7 Lobe antérieur C5-C7 Thyroïde C5-C7 Pinéale C5-C7	Épaule, coude, main radiale, pied, gros orteil, articulation sacro- iliaque, genoux intérieurs C5-C7 Main ulnaire, pied plantaire, orteils, articulation sacro- iliaque C8	Tronc, extrémi- tés inférieure et supérieure de la musculature C5-C7	Sinus frontal C2, C3 Sinus maxil- laire C5-C8 Œil C5-C8 Oreille interne C8 Bouche C3, C5-C8
4 Zone thora- cique	Manque de concentration Stagnation / Colère Dépression Lunatisme / Peur Instabilité Densité sanguine Stagnation Tissu conjonctif Maladies Os rénaux Glandes mam- maires Cristallisation du fluide corporel	Vésicule biliaire T2- T4, T8-T10 Estomac T2-T4, T11, T12 Duodénum T2-T5 Intestin grêle T3, T4 Gros intes- tin T2-T4	Poumon gauche T2- T4, T8-T10 Cœur T1, T5-T7 Foie T2-T5 Pancréas T2-T5 Rate T11, T12 Rein gauche T2, T3, T11, T12	Parotide T1, T2 Pituitaire Lobe posté- rieur T2-T4, T8, T9-T12 Pituitaire Lobe antérieur T5-T7 Thyroïde T2- T4, T6, T7 Parathyroïde T11, T12 Appendice T2, T3, T9 Surrénales T11, T12 Gonades T8- T10 Pinéale T2, T3, T6, T7, T11, T12	Épaule, coude, main radiale, pied, gros orteil, articulation sacro- iliaque, genoux intérieurs T3-T6 Main ulnaire, pied plantaire, orteils, articulation sacro- iliaque T1, T5, T6, T7 Pied, hanche, genou (postérieur) T8-T12 Articulation man- dibulaire, genou (antérieur) T11, T12	Extrémités inférieure et supérieure de la musculature T2-T12 Musculature du tronc T2-T5, T8-T12	Œil T1, T2, T3, T4, T5, T6, T8, T9, T10 Sinus maxil- laire T1-T7, T11, T12 Oreille T1, T5, T6, T7 Bouche T1- T12

FIGURE 6.4
LES ZONES D'ACUPUNCTURE KUBOTA



	Centre du corps	Côté droit du corps							Zones
	Zone de concentration première des traitements	Traitement primaire de l'ensemble du corps, l'abdomen antérieur et la région paraspinale arrière							1 Zone primaire
		Cerveau, glande pituitaire, cheveux, cuir chevelu, tête							2 Zone crânienne
	Segments médullaires	Organes sensoriels	Musculature	Articulations	Glandes endocrines	Organes		Autres liens	3 Zone cervico-faciale
	C1-C8	Œil C5-C8 Oreille C8 Oreille interne C8 Sinus maxillaire C8 Bouche C5-C8	Tronc, extrémités supérieures et inférieures de la musculature C5-C8	Épaule, coude, main radiale, pied, gros orteil, articulation sacro-iliaque, genoux intérieurs C5-C7 Main ulnaire, pied plantaire, orteils, articulation sacro-iliaque C3	Pituitaire C5-C7 Pituitaire lobe antérieur C8 Thyroïde, thy-mus C5-C7 Pinéale, appen-dices C5-C7	Yin Poumon, foie, pancréas C5-C7 Cœur C8	Yang Estomac, gros intestin et intestin grêle C5-C7 Duodé-num, iléon C8	Schizophrénie Troubles men-taux Migraine Artères Concentration de tous les organes	
	T1-T12	Œil, T1, T3-T10 Sinus maxillaire T5-T7, T11, T12 Oreille T1, T5-T7 Bouche T1-T12	Tronc, extrémités supérieures et inférieures de la musculature T1-T12	Épaule, coude, main ulnaire, pied plantaire, orteils, articulation sacro-iliaque T1 Pied, hanche, genou (postérieur) pied, hanche, genou (antérieur), man-dibule, épaule T3, T11-T12	Parotide T1, T2 Pituitaire T2-T4, T11, T12 Pituitaire lobe postérieur T8-T10 Pituitaire lobe antérieur T1, T5, T7 Thyroïde T2-T4, T11, T12 Parathyroïde T11, T12 Surrénales T11, T12 Gonades T3, T9-T12 Pinéale T11, T12	Poumon droit T2-T4, T9 Cœur T1, T5-T10 Foie T2-T4, T8-T12 Pancréas T3, T9-T12 Rein T11, T12	Duodénum T1-T7 Estomac T3, T4, T11, T12 Vésicule biliaire T2, T3, T8-10 Gros intes-tin T2, T4 Intestin grêle T3, T4 Pylore T11, T12 Vessie T11, T12	Manque de concentration Stagnation / Colère Dépression Lunatisme Peur / Instabilité Densité san-guine Stagnation Tissu conjonctif Maladies Os rénaux Glandes mam-maires Cristallisation du fluide corporel	4 Zone thoracique

5 Zone lombaire	Lymphes Organes sexuels Tonus vasculaire Taux sanguin Mécanisme défensif Cristallisation du fluide corporel	Estomac L1, L4, L5 Vessie, appareil uro-génital L2, L3 Intestin grêle L4, L5 Gros intestin L4, L5	Rate, rein gauche L1-L3 Pancréas L1, L4, L5 Poumon gauche L4, L5	Pituitaire lobe antérieur L4, L5 Thyroïde L1, L4, L5 Appendice L4, L5 Pinéale, gonades L1-L5	Articulation mandibulaire, genou (antérieur), hanche, pied gauche L1 Pied, sacrum, coccyx, genou (postérieur) L2, L3 Épaule, coude, main radiale, pied, gros orteil, articulation sacro-iliaque, genou intérieur L4, L5	Tronc L1-L5 Extrémités supérieures L2, L3 Extrémités supérieures et inférieures de la musculature L2-L5	Sinus maxillaire L1 Sinus frontal L2, L3 Sinus L4, L5 Bouche L1, L5	
6 Zone sacro-coccygienne	Comportement mental Hormone Métabolisme Calculs rénaux Sciatique	Intestin grêle S1-S3 Vessie, Appareil uro-génital S3-S5	Cœur S1-S3 Foie S1-S3 Rein gauche S3-S5	Pituitaire lobe antérieur S1-S3 Surrénale, pinéale, épididyme S3-S5	Épaule, coude, main ulnaire, pied plantaire, orteils, articulation sacro-iliaque S1-S3 Pied, sacrum, coccyx, genou (postérieur) S3-S5	Tronc, extrémités supérieures de la musculature S1-S3 Extrémités inférieures S3-S5	Oreille interne S1-S3 Sinus maxillaire S1, S2 Œil, oreille S1, S2 Bouche S1-S5	
		Vessie, appareil uro-génital	Rein gauche	Surrénales, pinéale, épididyme	Pied, sacrum, coccyx, genou	Extrémités inférieures	Sinus frontal, bouche	
7 Zone symptomatique	Extrémités supérieures et inférieures, tronc							

	L1-L5	Sinus frontal L2, L3 Sinus L4, L5 Œil L4, L5 Bouche L1-L5	Tronc, musculature L1, L4, L5 Extrémités inférieures L2, L3	Pied, hanche, genou (postérieur) L2, L3 Genou (antérieur) L1 Pied, sacrum, coccyx L2 Épaule, coude, main radiale, pied, gros orteil, articulation sacro-iliaque, genou intérieur L4, L5	Pituitaire L4, L5 Thyroïde L1, L4, L5 Parathyroïde L1 Surrénales L2, L3 Pinéal, appendices L1-L5 Gonades L1 Pinéale L2, L3	Poumon droit L4, L5 Foie, pancréas L1, L4, L5 Rein droit L1-L5	Estomac L4, L5 Vésicule biliaire L4 Appareil uro-génital L2, L3 Gros intestin et intestin grêle L4, L5	Lymphes Organes sexuels Tonus vasculaire Taux sanguin Mécanisme défensif Cristallisation du fluide corporel	5 Zone lombaire
	S1-S5	Oreille interne S1-S3 Sinus maxillaire S1-S3 Œil, oreille S1-S3 Bouche S1-S5	Tronc, extrémités supérieures de la musculature S1-S3 Extrémités inférieures S3-S5	Épaule, coude, main ulnaire, pied plantaire, orteils, articulation sacro-iliaque S1-S3 pied, sacrum, coccyx, genou (postérieur) S3-S5	Pituitaire lobe antérieur S1-S3 Surrénales, pinéale, épидидyme S3-S5	Cœur S1-S3 Rein S3-S5	Duodénum, iléon S1-S3 Vessie, Appareil uro-génital S3-S5	Comportement mental Hormone Métabolisme Calculs rénaux Sclérotique	6 Zone sacro-coccygienne
	Coccyx	Sinus frontal, bouche	Extrémités inférieures	Pied, sacrum, coccyx, genou	Surrénales, pinéale, épидидyme	Rein droit	Vessie, appareil uro-génital		
	Utilisation comme traitements symptomatiques								7 Zone symptomatique

1. *Chaya*. Le stade initial. Le déséquilibre se situe au niveau du tractus gastro-intestinal et se traite de la manière la plus adéquate par un régime.
2. *Prakopa*. Le stade de développement. L'*ama* s'accumule, se liquéfie et provoque des symptômes tels que la soif, des sensations de brûlures, la flatulence et la propagation de la toxicité dans le système circulatoire.
3. *Prasava*. Le stade d'expansion. Les toxines voyagent dans les principaux systèmes circulatoires du corps et s'établissent en une zone de faiblesse.
4. *Sthana-sanskriya*. Les toxines s'accumulent dans cette région, en entraînant un dérèglement de l'équilibre de l'un des trois *doshas* (voir « Les trois constitutions ou doshas » ci-après). La maladie se manifeste pleinement. À ce niveau, un patient commence à prendre des médicaments.
5. *Dosha-kara*. L'administration de médicaments pour traiter les symptômes ; elle est envisagée comme une altération de l'environnement de la maladie.

L'ASPECT MENTAL DE LA MALADIE

Shad-vritta signifie « culture mentale ». Pour la philosophie ayurvédique, la maladie possède des fondements psychiques. La maladie naît dans le champ mental et il est donc important d'entretenir dans sa vie de hauts standards moraux et l'intégrité de façon à s'en prémunir.

Deux pièges émotionnels phares sont l'anxiété et la colère, que l'on considère comme des polluants mentaux. Les principes de *shad-vritta* puisent leurs racines dans les enseignements du *Bhagavad-Gita*, texte sacré, et invitent à faire preuve de noblesse, de compassion, d'honnêteté, de contrôler ses pensées négatives, d'éviter l'égoïsme, d'accomplir son devoir, d'entretenir son

équilibre mental et de cultiver la sagesse et le pardon.

LES TROIS CONSTITUTIONS OU DOSHAS

Manger correctement, ainsi que prendre soin de ses émotions, dépend du type ou de la constitution corporelle du patient, que l'on nomme *dosha*. Les doshas sont déterminés par des éléments ainsi que par des attributs physiques. Voici les trois principes qui sous-tendent les doshas :

- *Vayu-dosha* est un principe réflexe qui gère le système nerveux et est composé d'air et d'éther ;
- *Pitta-dosha* est un principe énergétique qui gouverne le système bilieux ou métabolique et est composé de feu et d'eau ;
- *Kapha-dosha* est un principe fluïdique qui régule le système muco-flegmatique ou excréteur et est composé d'eau et de terre.

Voici une brève description des types corporels, basés sur les doshas :

Les personnes vayu-ja : grandes et minces, poilues, bavardes, lunatiques, peau terreuse, préfèrent les plats chauds et gras, ont une tendance à la constipation, aiment voyager, profitent de la vie, ont un sommeil agité.

Les personnes pitta-ja : de corpulence moyenne, transpirent abondamment, peau rosée, calvitie précoce, impatientes, relativement volubiles, aiment boire et manger, courageuses et ambitieuses, ont un sommeil satisfaisant.

Les personnes kapha-ja : petites et fortes, transpirent abondamment, peau pâle, stabilité mentale, peuvent se montrer silencieuses, appétit et soif normaux, se reposent beaucoup et dorment profondément.

LES HUIT PILIERS DE LA PRÉVENTION DE LA MALADIE

Le système ayurvédique cherche non seulement à guérir, mais à prévenir la maladie. Il y parvient en préconisant un régime de santé en huit parties.

- *Dina-charya* – suivre une saine routine quotidienne.
- *Ritu-charya* – s'adapter aux saisons (voir description ci-après).
- *Shad-vritta* – la culture mentale adéquate.
- Porter attention à ses besoins en temps voulu.
- Qualités intrinsèques des liquides et des solides.
- Règles alimentaires.
- Sommeil adéquat.
- Environnement.

RITU-CHARYA : POUR CHAQUE ACTION, UNE SAISON

Voici les six saisons ayurvédiques. Chacune d'elles s'accompagne de mesures recommandées pour garantir la santé.

- Mars-avril – *Vasanta-ritu*, printemps. Régime et sommeil légers.

- Mai-juin – *Grishma-ritu*, été. Manger léger et boire des liquides froids.
- Juillet-août – *Varsha-ritu*, mousson. Renforcer l'appétit et manger des aliments chauds.
- Septembre-octobre – *Sharad-ritu*, court été. Manger des aliments froids, sucrés et astringents.
- Novembre-décembre – *Hemanta-ritu*, hiver. Manger et se dépenser beaucoup.
- Janvier-février – *Shishira-ritu*, hiver froid. Comme pour *Hemanta-ritu*, manger et faire de l'exercice, et s'octroyer également du temps pour méditer.

LES SIX RASAS : LA SAVEUR DE LA SANTÉ

Le régime alimentaire, l'un des facteurs les plus importants dans l'ayurvéda, se résume en partie à combiner, éviter et augmenter convenablement la prise d'aliments et d'épices de différentes natures. Voici les six *rasas* ou saveurs principales.

Sucré : apport de terre et d'eau ; nourrit, refroidit et humidifie ; regroupe le riz, le blé et le sucre.

Aigre : apport de terre et de feu ; réchauffe et lubrifie ; englobe les fruits acides.

Salé : apport d'eau et de feu ; dissout, ramollit et stimule ; dans tous les sels.

Amer : apport d'air et d'éther ; refroidit, assèche et purifie ; dans les légumes verts et les épices comme le safran.

Piquant : apport d'air et de feu ; réchauffe, assèche et stimule ; dans le gingembre.

Astringent : apport d'air et de terre ; refroidit et assèche ; dans le miel, le babeurre et les aliments composés.

LE SYSTÈME DE CALLIGARIS OU LA RENCONTRE DES CHAMPS-L ET DES CHAMPS-T : LES SECRETS DE LA PEAU

Le Dr Giuseppe Calligaris découvrit que certaines lignes et points de la peau agissaient comme des méridiens, à l'exception du fait qu'ils formaient des motifs géométriques. Calligaris établit que ces « séries linéaires du mental », comme il les appelle, renvoyaient à des aspects conscients et inconscients du mental et pouvaient être stimulées pour améliorer nos facultés paranormales³⁷².

Calligaris analysa ces points et coordonnées, disposés de manière longitudinale et latitudinale, et découvrit qu'ils présentaient une résistance électrique moindre que la peau qui les entoure (les points des méridiens présentent ces mêmes caractéristiques). Il remarqua que leurs intersections jouaient le rôle de miroirs et d'accumulateurs d'énergie cosmique, et qu'en soumettant le point à une force, l'on pouvait activer une intelligence supérieure – « un écho des vibrations vitales de l'univers »³⁷³.

Calligaris envisageait le cerveau humain comme un miroir concave de la conscience universelle. Ses idées furent rejetées par la communauté scientifique de l'époque, et il quitta ce monde dans la solitude et la misère en 1944. Ses ouvrages sont très rares, mais *Autobiographie d'un yogi* mentionne ses travaux sur le paranormal. Comme Calligaris le souligna, si certaines régions de la peau sont stimulées, l'on peut percevoir des objets à distance³⁷⁴. Vous trouverez ci-dessous un aperçu du système de Calligaris, comme l'a décrit Hubert M. Schweizer lors d'un exposé et tel que le transmet la World Research Foundation³⁷⁵.

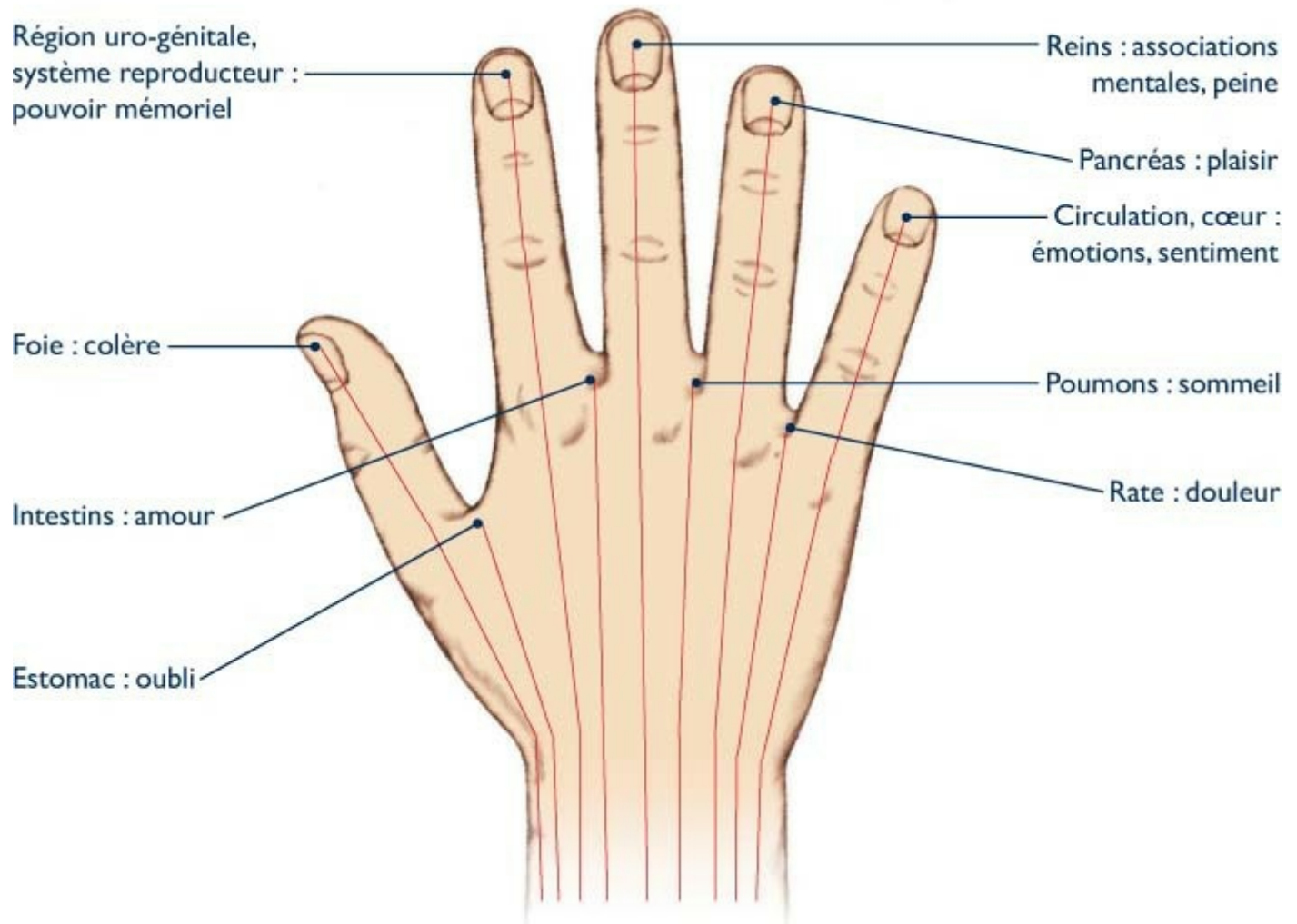


FIGURE 6.5
LE SYSTÈME DE CALLIGARIS : MAIN ET ORGANES

Le système de Calligaris reflète des maux physiques, mais également les effets des pensées et des émotions, ainsi que des états liés au champ aurique. La philosophie sous-jacente est simple : les systèmes biologiques émettent un rayonnement. Ce rayonnement fournit des informations sur l'harmonie et la dysharmonie de ces systèmes. Il existe des milliers de points sur la peau que l'on peut stimuler mécaniquement, mais également au moyen d'une forme-pensée. Le système de Calligaris mêle donc les champs-L et les champs-T au niveau de la peau humaine. Et ces lignes cutanées forment des motifs géométriques, en confirmant ainsi les recherches spirituelles et scientifiques sur l'importance de l'aspect qui crée la forme.

Calligaris découvrit qu'un rayonnement malsain, comme celui d'une personne souffrant d'un cancer, pouvait être détecté jusqu'à vingt mètres de distance³⁷⁶. Cela pourrait expliquer pourquoi les thérapeutes énergétiques perçoivent souvent intuitivement la maladie (et peuvent travailler dessus), comme le cancer, chez d'autres personnes, même sans le savoir consciemment. Les techniques du Dr Calligaris sont dès lors utiles à la fois pour la guérison et le diagnostic. Ces lignes et points représentent les degrés de la plus haute conductivité électrique. Les moyens mécaniques pour les décoder sont légion. Manuellement, vous pouvez presser le sommet de votre pouce ou de votre majeur pour stimuler les lignes latérales et médianes du bras. Poursuivez la stimulation, et les lignes verticales et transversales réagissent et « frissonnent » d'un point de vue kinesthésique, en générant des sensations physiques comme la chaleur, le froid, des chatouillements ou des démangeaisons, ainsi que des émotions. Ces ressentis indiquent que l'on a isolé une des lignes ou points. Les formes-

pensées éveillent également les points et les lignes : l'on peut donc se concentrer sur une certaine idée et stimuler la région cutanée correspondante. D'autres méthodes sont proposées dans les ressources mises à disposition par la World Research Foundation³⁷⁷.

L'ÉVALUATION DES CHAKRAS : FORME, SPIN ET VITESSE

Certaines personnes peuvent percevoir les chakras de manière directe, tandis que d'autres peuvent les détecter par d'autres moyens, comme l'emploi d'un pendule. La plupart des spécialistes des chakras s'accordent sur le fait qu'un chakra sain effectue une rotation dans le sens des aiguilles d'une montre dans les deux sphères, a la forme d'un cercle homogène et possède un rythme. Il rayonnerait, à l'avant et à l'arrière, à environ 30 cm du corps. Ses formes circulaires feraient à peu près 30 cm de circonférence³⁷⁸.

LA FORME DU CHAKRA

La forme idéale du chakra est ronde et pleine. Une torsion ou déformation est le signe de problèmes physiques, émotionnels, mentaux ou spirituels. En général, une forme déviant vers la droite (du point de vue du sujet) évoque des questions de nature masculine, telles que touchant à la domination et au pouvoir, à l'action et au comportement, à la logique et à la rationalité. Si la forme dévie vers la gauche du chakra, la personne est sans doute confrontée à des questions d'ordre féminin : recevoir et répondre, apprendre ou guérir, créer ou ressentir.

Voici certaines des significations principales des formes de chakras généralement perçues :

rondeur : chakra sain et équilibré ;

manque de substance à droite : orienté vers la programmation inconsciente, les émotions et la créativité du cerveau droit, mais manquant d'action et de persévérance ;

manque de substance à gauche : centré sur le comportement et les actions conscientes, l'analyse du cerveau gauche, mais manquant de créativité et d'intuition ;

manque de substance en bas : plus spirituel que pratique ;

manque de substance en haut : plus pratique que spirituel.

LE SPIN DU CHAKRA

Le chakra devrait idéalement présenter un spin continu et régulier. La face avant et la face arrière devraient être coordonnées et se déplacer dans la même direction. Le mouvement dans le sens des aiguilles d'une montre traduit souvent la santé et le sens inverse un blocage ou une perception négative. Un spin sain (dans la sphère extérieure) devrait apparaître circulaire, régulier et présenter un diamètre d'environ 30 cm.

Les sphères extérieures du chakra tournent par ailleurs dans le sens anti-horaire lorsque la personne est en phase de purification ou de détoxification. Chez les femmes, cela se produit fréquemment juste avant, pendant et après les règles. C'est aussi courant durant de longues périodes de la puberté et de la ménopause et, chez les deux sexes, lors de crises, comme après un accident, un deuil familial, la perte d'un travail, une opération chirurgicale, une maladie grave ou au cours du rétablissement suite à un stress post-traumatique. Certains médicaments prescrits et remèdes ou

plantes naturelles forceront les roues extérieures à tourner dans le sens anti-horaire.

Chez certains individus, la sphère extérieure du huitième chakra se déplace toujours de manière rétrograde. De cette façon, le huitième chakra débarrasse continuellement les corps d'énergie subtile de leurs déchets. Certaines personnes ont des personnalités *heyoke* ou « à contresens ». Toutes les roues extérieures de leurs chakras tournent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Il s'agit là de personnalités chamaniques qui présentent des conceptions opposées à celles du monde. Dans ces cas-là, la roue extérieure du huitième chakra tourne en général dans le sens horaire.

Il est difficile d'évaluer physiquement la roue intérieure d'un chakra. Il est plus facile de travailler avec elle en recourant à votre intuition, comme nous l'avons souligné dans la Partie I, chapitre 2. En général, vous voulez établir le spin de la roue extérieure conjointement avec la roue intérieure, et non l'inverse. Presque toujours, la roue intérieure est saine si la roue extérieure se déplace dans le sens des aiguilles d'une montre ; la roue intérieure est presque toujours saine dans tous les cas, parce qu'elle reflète la nature de l'esprit.

Voici quelques manières d'évaluer le spin :

Rotation circulaire, homogène et régulière, dans le sens horaire : le chakra est en bonne santé et fonctionne.

Rotation circulaire, homogène et régulière, dans le sens anti-horaire : le chakra tente de rétablir la santé ou l'équilibre en traitant ou en éliminant l'énergie négative.

Rotation inconstante ou irrégulière, dans le sens anti-horaire : le chakra est bloqué et incapable de s'assainir.

Ligne elliptique ou droite dans une direction verticale : buts spirituels développés, mais non appliqués ; chakra fermé à la vie réelle ou incapable d'entreprendre des actions.

Ligne elliptique ou droite dans une direction horizontale : pratique, mais manque de perspective spirituelle ; fermé au grand projet et à l'assistance divine.

Ligne elliptique ou droite, déviant vers la droite (du sujet) : tourné vers l'action et la vie au jour le jour ; perspective masculine, mais manquant d'émotion et de spiritualité, attributs de la perspective féminine.

Ligne elliptique ou droite, déviant vers la gauche (du sujet) : centré sur les influences inspirantes, féminines ou intuitives, mais manquant d'action pratique, ancrée dans la réalité.

Immobile ou presque : signe d'un chakra fermé. Sa fonction est interrompue. C'est le bon endroit où chercher un blocage ou la cause d'un problème existant.

Mouvement ample : signe d'un chakra généralement très ouvert, sain et opérationnel. S'il se présente trop vaste ou en déséquilibre par rapport aux autres chakras, cela signifie qu'il est en surchauffe ou en surfonctionnement. Cela nous invite à déterminer quel chakra il cherche à compenser.

Mouvement faible : chakra en sous-régime qu'il nous faut purifier et ouvrir.

L'ÉVALUATION DE LA VITESSE

Un chakra devrait présenter idéalement un spin continu et régulier et la roue intérieure devrait se déplacer deux fois plus vite que la roue extérieure, mais sur le même rythme. Plus le chakra est bas, plus les roues devraient s'ébranler lentement. La face avant et la face arrière devraient se déplacer dans la même direction, généralement dans le sens horaire, du point de vue du sujet évalué. Une vitesse trop rapide indique une situation génératrice d'anxiété. Une vitesse trop lente évoque une dépression. L'anxiété est un état autant physique que psychologique. Elle reflète la peur de l'avenir et établit un rythme trop rapide dans les systèmes physique et subtils. La dépression traduit un attachement au passé et crée un rythme trop lent dans les systèmes physique et subtils.

Voici d'autres indications pour le diagnostic :

Roue trop lente : signe de dommages dus à de précédents abus, abattement, fatigue, blocages, forteresses (liens malsains entre des croyances, ou entre des croyances et des ressentis), et probablement à des souvenirs ou des sentiments refoulés.

Roue trop rapide : signe d'une surexploitation présente ; d'un surmenage ; d'une tentative de compenser un chakra ou une roue chakrique plus faible ; ou d'un désir d'échapper à certaines situations, personnes, sentiments ou problèmes. Pourrait représenter une tentative d'évacuer l'énergie négative.

Roue extérieure rapide, roue intérieure lente : manque de dynamisme ou de perspective spirituelle, émotionnelle, intuitive ou créative ; croyances, sentiments ou sens spirituel insuffisamment développés ; souci excessif du physique ou des apparences.

Roue extérieure lente, roue intérieure rapide : manque d'action, d'engagement, de dynamisme ou d'énergie physique ; souci excessif des sujets spirituels ou psychiques ; peur d'évoluer dans le monde ; épuisement de l'énergie physique.

Roues désynchronisées : les croyances et besoins intérieurs ne correspondent pas à la réalité ou aux actes extérieurs.

L'ÉVALUATION PAR LE PENDULE

Le moyen le plus facile d'évaluer la forme, le spin et la vitesse d'un chakra est d'utiliser un pendule, un objet suspendu à une chaîne ou à un cordon. Lorsque le pendule est maintenu de façon à pouvoir osciller librement, il répond à la fréquence électromagnétique d'un chakra, de sa face antérieure et de sa face postérieure. Lorsque vous placez le pendule au-dessus de la zone chakrique, vous évaluez premièrement la roue extérieure du chakra. Si la roue extérieure se déplace dans le sens anti-horaire, c'est probablement aussi le cas de la roue intérieure. La roue intérieure tourne presque toujours dans le sens des aiguilles d'une montre, excepté dans le cas d'une crise extrême, comme la naissance ou la mort. Vous analyserez mieux la roue intérieure en utilisant votre intuition, comme nous l'avons indiqué au chapitre 2, « Le thérapeute énergétique ».

Vous pouvez réaliser une évaluation des chakras au moyen d'un pendule en demandant à un partenaire de tenir le pendule de 15 à 30 cm au-dessus du centre d'un de vos chakras. Prenez note des

informations sur la forme, la direction, le mouvement et la vitesse apparente du pendule effectuant un mouvement circulaire. Son immobilité pourrait indiquer de la méfiance envers l'autre personne ou le processus, ou un chakra complètement bloqué. Évaluez si l'autre face du chakra, ou d'un chakra situé juste au-dessus ou en-dessous de la zone à problème, est trop ouverte pour compenser. Pour évaluer les chakras en-dessous et au-dessus de la tête, ainsi qu'autour du corps, le sujet doit s'étendre et tenir le pendule au-dessus des centres appropriés. La guérison des déséquilibres peut s'effectuer par les couleurs, la forme, la musique, le son, la lumière et les chiffres.

Outre leur association aux processus physiques du corps, les chakras sont reliés aux dimensions mentales, émotionnelles et spirituelles de la vie humaine. Vous trouverez un tableau des problèmes affectant les infrastructures des chakras dans la section « Le système des douze chakras » de la cinquième partie.

LES CHAKRAS ET LES PIERRES PRÉCIEUSES

Depuis des milliers d'années, l'on utilise les pierres précieuses pour purifier, éveiller et équilibrer les chakras. Chaque pierre vibre à une certaine fréquence, comme le font les chakras.

FIGURE 6.6
CHAKRAS ET PIERRES PRÉCIEUSES

Premier chakra - Muladhara		
Héliotrope		Soulage l'anxiété. Renouvelle. Aide à la prise de décisions et à la désintoxication.
Quartz fumé		Pierre d'ancrage ; aide à se focaliser sur l'instant présent. Dissout les énergies négatives et les blocages émotionnels.
Agate de feu		Stimule l'énergie et l'amour-propre. Aide à clarifier les problèmes de sécurité et de stabilité.
Œil de tigre		Concentre l'énergie sur un objectif particulier. Favorise une attitude positive.
Hématite		Cristal d'ancrage ; aide à dissoudre les restrictions mentales. Soutient les nouveaux projets.
Deuxième chakra - Svadhisthana		
Citrine		Améliore les aspects émotionnels des relations et la maturité émotionnelle.
Cornaline		Repousse l'ennui, l'apathie et la passivité. Renforce l'énergie afin d'engager des actions dans des situations émotionnellement difficiles. Chasse également le chagrin.
Pierre de lune		Favorise l'aspect féminin, soulage l'hypersensibilité et apaise les émotions.
Topaze dorée		Stimule les trois premiers chakras. Clarifie les nouvelles perspectives, renforce la sérénité intérieure et favorise la légèreté de l'esprit. Redynamise.
Quartz rutilé		Favorable à la méditation, à la guérison et à l'extension de la conscience et de l'éveil spirituels.

Troisième chakra – Manipura		
Citrine jaune		Donne accès au pouvoir personnel et renforce l'estime de soi. Aide à vaincre les dépendances aux substances chimiques et est indiquée pour les problèmes digestifs.
Héliolite		Porte bonheur et soulage la tension.
Calcite		Dissipe les blocages et stimule l'énergie naturelle. Indiquée pour les problèmes au niveau du pancréas, des reins et de la rate.
Malachite		Relie le plexus solaire au chakra du cœur. Favorise les rêves lucides.

Quatrième chakra – Anahata		
Quartz rose		Connu comme le « cristal de l'amour », il soigne les problèmes de cœur, de relations et d'attachement. Encourage l'amour-propre et la guérison de l'« enfant intérieur » ou de problèmes liés à l'enfance.
Tourmaline melon d'eau		Active le chakra du cœur et invite à se connecter au moi supérieur. Apaise les troubles émotionnels et encourage le lien.

Cinquième chakra – Vishuddha		
Turquoise		Renforce la communication authentique et sincère. Aide à exprimer ses sentiments et besoins intérieurs ; dissout les blocages au niveau de l'expression personnelle et de l'écoute réceptive.
Sodalite		Favorise l'objectivité et crée un lien entre l'inconscient et le conscient. Ouvre à de nouvelles perspectives. Égaie le cœur.
Lapis-lazuli		Encourage l'expression personnelle et l'accès aux « muses », dons et élans créateurs. Favorise une communication claire avec les autres.
Célestite		Aide à accueillir, synthétiser et interpréter les idées nouvelles et les principes spirituels. Offre une voie d'accès vers les autres dimensions.
Aigue-marine		Réduit le stress et favorise la sérénité. Aide à la présentation d'idées, en particulier dans le monde extérieur. Aide à assimiler la connaissance de soi.

Sixième chakra - Ajna		
Calcite		Amplifie les pouvoirs du troisième œil, dont la vision intuitive.
Fluorite mauve		Appelée la « pierre du discernement », elle intègre les hémisphères droit et gauche du cerveau. Élimine les impuretés et les erreurs.
Azurite		Éveille les sens psychiques et soutient les actions découlant

		d'une révélation intuitive. Stimule le troisième œil.
Améthyste		Propice à la méditation. Repousse la négativité et active la vision intérieure.
Septième chakra – Sahasrara		
Quartz clair		Clarifie et peut être programmé pour développer ou purifier. Transforme l'énergie. Apporte l'équilibre. Offre la concentration et la connexion avec d'autres royaumes pendant la méditation.
Améthyste		Aide à la méditation. Équilibre les corps physique, émotionnel et mental.
Diamant Herkimer		Invite à l'harmonie totale dans et à l'extérieur du moi. Nous invite à « être » et pas seulement à « faire ». Soulage la dépression et l'anxiété.
Diamant		Son nom signifie « amant de Dieu ». Active la conscience et les liens spirituels. Donne accès à notre plus haut potentiel.

En faisant appel au pouvoir de l'intention, un praticien travaillant à équilibrer les chakras peut « programmer » une gemme à de multiples fins, dont la guérison, la purification et l'apport d'énergie au corps physique. Il existe différentes façons de travailler avec les pierres précieuses. De manière générale, il est important de se souvenir que l'énergie suit l'intention. Vous pouvez tout simplement tenir une pierre dans vos mains et méditer ou prier dessus, en visualisant ou en ressentant la tâche que vous désirez qu'elle accomplisse. Vous pouvez ensuite purifier une pierre de la même manière, ou la placer sous le soleil pour que la nature s'en occupe à votre place.

Vous trouverez ci-après une liste des pierres précieuses correspondant aux chakras tels que nous les présente Liz Simpson dans *Les Chakras, connaissance et harmonisation*³⁷⁹.

LES CHAKRAS ET LES ÉLÉMENTS

Le système des douze chakras travaille avec dix éléments. Les quatre éléments fondamentaux sont semblables à ceux que l'on trouve dans la plupart des autres systèmes : l'eau, la terre, l'air et le feu. Six autres éléments se forment à partir d'eux : le métal, le bois, la pierre, l'éther, la lumière et l'étoile. Des déséquilibres de n'importe lequel de ces éléments peuvent provoquer des perturbations vibratoires qui entraînent ou alimentent la maladie et tous les autres problèmes ; à l'inverse, utiliser ou équilibrer ces éléments peut corriger des états physiques et subtils³⁸⁰.

Il existe plusieurs manières de travailler énergétiquement, mais aussi concrètement avec les éléments. L'intuitif visuel peut visualiser un élément agissant dans le corps, un chakra ou une couche aurique, en définissant une intention pour induire un changement. L'intuitif verbal pourrait « ordonner » qu'un élément accomplisse une tâche via les commandes internes ou en s'adressant littéralement au corps, au chakra ou à la couche aurique. Une personne intuitive qui se fonde davantage sur ses sens peut pressentir la présence d'un élément et travailler avec lui par des techniques d'imposition des mains ou en imaginant qu'il génère le changement escompté.

Les thérapeutes énergétiques peuvent aussi utiliser des pierres, des substances, des liquides ou autres matières appropriées représentant l'élément désiré. Ils pourraient être placés sur ou à

proximité des points d'acupuncture ou des chakras d'un patient, ou dans le champ aurique. Les éléments peuvent aussi être programmés, de façon mentale ou intuitive, dans l'eau via l'intention ou la prière afin de réaliser un objectif particulier. En buvant cette eau, l'on absorbe ses effets. Les personnes en quête de changement ou de guérison peuvent aussi porter des objets qui représentent l'élément requis. Cet objet peut servir de point focal pour la visualisation et la méditation guidées ainsi que l'auto-guérison.

Voici les principales propriétés des dix éléments et quelques suggestions sur la manière de travailler avec chacun d'eux :

Feu : élimine, purifie et consume. Porteur d'énergie, d'enthousiasme et de vie nouvelle. Il se situe à la base du processus de la kundalini et est important en matière de guérison. Il peut par exemple débarrasser le sang ou la lymphe de ses toxines. Les praticiens des champs peuvent imaginer le feu nettoyant le champ aurique, en portant une attention particulière à la première couche aurique, qui est rouge et basée sur ce qui est primordial. Les praticiens des méridiens pourraient recourir à la moxibustion pendant l'acupuncture ou imaginer énergétiquement le feu brûler à travers le canal méridien adéquat. Les praticiens des chakras appliquent le feu au centre du chakra le plus proche de la région problématique, en utilisant des techniques intuitives et d'imposition des mains. Les pierres faisant intervenir l'élément feu sont généralement rouges et liées au premier chakra. N'utilisez pas le feu de manière intuitive sur le cœur ou sur une région sévèrement enflammée, car il peut renforcer la colère et l'inflammation.

Air : transmet les idées et les idéaux. Favorise l'échange d'énergies d'un endroit à l'autre et d'une personne à l'autre. Actif lorsqu'il est en mouvement et dirigé ; inactif, mais pourtant d'un riche potentiel, lorsqu'il est immobile. Utilisez-le pour chasser les croyances négatives ou vous insuffler celles dont vous bénéficierez. Le travail sur les champs peut englober l'utilisation de plumes, de la respiration ou du son. Les pratiques sur les méridiens pourraient inclure la purification des croyances négatives en « insufflant la vérité » intuitivement ou verbalement au point d'acupuncture adéquat. Les méthodes basées sur les chakras emploient le son, l'intuition et les pierres au niveau du troisième chakra.

Eau : transmet les énergies psychiques et émotionnelles, adoucit et guérit, lave et purifie. Utilisez-la pour nettoyer votre système lymphatique ou vos intestins de leurs toxines, physiques et psychiques ; pour purifier le corps de vieux sentiments refoulés (les vôtres ou ceux qui appartiennent aux autres) ; et pour apaiser le tissu après une opération. En cas d'attaque cérébrale, imaginez-vous laver la lésion à l'eau avant de ressouder les tissus rompus par un mur de terre ou de pierre. Envisagez de « programmer » l'eau que vous boirez à des fins particulières par la prière et l'intention. Les praticiens des champs, méridiens et chakras pourraient tous programmer l'eau en lui insufflant une intention pour venir en aide à leurs patients et prescrire des pierres destinées au deuxième chakra. Il est également utile de s'entourer de fontaines ou de l'eau courante dans les cabinets pour favoriser une atmosphère purificatrice.

Terre : élabore, solidifie et protège. La terre peut reconstruire le tissu après une opération, apaiser n'importe quelle zone enflammée et réparer les lésions. Elle est idéale pour retenir les structures malléables comme les parois cellulaires. Les praticiens des champs peuvent examiner les énergies

telluriques dans l'environnement d'un patient, en évaluant et en soulageant les états liés au stress géopathique. Les praticiens des canaux employant des herbes, des aliments ou des substances peuvent analyser l'usage que font leurs patients de ces matières (qui sont liées à la terre parce qu'elles fabriquent des tissus). Tout praticien peut utiliser les pierres du dixième chakra dans son travail thérapeutique.

Métal : protège, défend et repousse. Utilisez-le au niveau du champ aurique pour détourner les énergies néfastes. Visualisez une armure autour du foie ou des reins si vous prenez des médicaments (elle écartera aussi la toxicité des métaux lourds de ces organes). Cette technique de blindage peut être utilisée sur n'importe quel organe pour contrer ou se prémunir des agressions d'énergies ou entités extérieures – telles que les forces qui engendrent le cancer. Employez-la comme un miroir reflétant ou détournant les énergies négatives. Purgez-les de votre système si vous présentez une intoxication aux métaux lourds, une fatigue chronique ou un cancer. De nombreuses maladies auto-immunes se résument souvent à une surabondance néfaste en métal. Les métaux et pierres de couleur argent pourraient être employés pour renforcer les effets liés à l'élément métal.

Bois : procure entrain, adaptabilité et attitude positive. Insérez-le dans des zones de spin déprimé ou contraire pour l'aider à rétablir son mouvement dans le bon sens. Si vous êtes dépressif, apportez du bois à votre mental en imaginant des arbres et des plantes. Utilisez-le pour intégrer un nouveau tissu ou de nouvelles idées dans le corps, comme après une transplantation d'organe. Il apportera du réconfort en cas de dépression. Si une personne souffre d'hypertension, ajoutez du bois pour qu'elle se détende. Tout praticien pourrait placer des produits ou des substances à base de bois naturel sur ou à proximité de ses patients.

Pierre : renforce, maintient et endurecit. Utilisez la pierre au niveau du dixième chakra pour que l'âme reste ancrée dans le corps. Imaginez que vous placez tous vos problèmes ou émotions de l'âme ou de l'inconscient, comme la honte, dans une pierre et que vous jetez ensuite celle-ci dans l'océan. Ajoutez de la pierre à un vaisseau sanguin affaibli ou autour d'une zone d'apoplexie. La pierre maintiendra les autres éléments en place ; si vous avez besoin que vos nouveaux tissus ou croyances restent ancrés pour qu'ils puissent s'enraciner, bâtissez un mur de soutènement en pierre pour ce faire. Les praticiens peuvent employer de « véritables » pierres pour purifier ou programmer les champs énergétiques ou les chakras ; les thérapeutes des méridiens peuvent entourer le patient de pierres adéquates pendant le traitement pour renforcer son efficacité.

Éther : détient les vérités spirituelles ; peut être utilisé pour inspirer tout système, corps énergétique, mental ou âme avec de telles vérités spirituelles. L'éther est un gaz liquide. Il représente en fait le « cinquième élément », l'énergie spirituelle que les scientifiques et métaphysiciens tentent de définir depuis des millénaires. Via la prière et la méditation, tout type de praticien peut programmer l'éther à des fins curatives et particulières.

Lumière : peut être dirigée, émise, modelée, accumulée ou éliminée pour produire presque n'importe quel effet désiré. La lumière est un rayonnement électromagnétique de diverses longueurs d'ondes. La lumière « sombre », qui désigne des fréquences proches de celles des infrarouges et inférieures à celles-ci, se compose principalement d'électrons qui renferment de l'intelligence sur le pouvoir ; la

lumière « claire », composée de fréquences approchant celles des ultraviolets ou supérieures à celles-ci, est constituée surtout de protons qui détiennent de l'intelligence sur l'amour. Rétablissez l'équilibre avec la lumière qui convient. Si vous êtes déprimé, vous pouvez ajouter de la lumière « claire » pour élever votre esprit – ou de la lumière « sombre » pour obtenir l'énergie nécessaire pour générer des changements dans votre comportement. Pour davantage d'idées sur l'utilisation de la lumière, voir « La chromothérapie » et les divers systèmes chakriques dans la cinquième partie, qui emploient souvent la couleur pour le diagnostic et la guérison.

Étoile : utilise les vérités spirituelles pour façonner et purifier la matière physique. Libérez-vous de vos perceptions négatives en énonçant la vérité. Imaginez cette vérité nichée dans une étoile et insérez l'étoile dans le champ aurique, le canal énergétique ou le bon chakra. Cette technique peut même être utilisée pour altérer l'ADN. L'étoile encouragera également la dissolution d'une perception négative ou d'un schéma néfaste dans le corps. Utilisez-la lorsque vous consommez une perception erronée à n'importe quel niveau de conscience, puis stimulez les croyances positives avec l'éther (l'étoile se compose de feu et d'éther). Les pierres d'étoile renvoient aux septième et douzième chakras.

LA CHROMOTHÉRAPIE (VOIR AUSSI LA CHROMOPUNCTURE)

La chromothérapie est un aspect de la lumniothérapie. La lumière était utilisée à des fins curatives par les anciens Babyloniens, Égyptiens et Assyriens, ainsi que, plus tard, par les Grecs et les Romains. Le Dr Harry Riley Spitler fut le premier à mettre en pratique la photothérapie par la lumière colorée via les yeux du patient, publiant en 1941 un livre intitulé *The Syntonio Principle*. Dans les années 1940 également, le chercheur Dinshah Ghadiali inventa le spectrochrome, méthode utilisant l'émission de lumières colorées directement sur le corps. Ses recherches montrèrent que le corps pouvait être guéri en l'exposant systématiquement à des lumières colorées (les bébés prématurés souffrant du syndrome de Gilbert peuvent, par exemple, être soignés médicalement par la lumière bleue). Les travaux de Ghadiali furent attaqués par des sociétés comme l'American Medical Association, bien qu'ils fussent ardemment défendus par des médecins, dont le Dr Kate Baldwin, chirurgienne en chef au Women's Hospital à Philadelphie. Le Dr Baldwin confirma que le spectrochrome avait soigné la gonorrhée, la syphilis, le cancer, les ulcères et d'autres affections. Malgré le soutien du Dr Baldwin et d'autres professionnels, le gouvernement détruisit les ouvrages et articles de Ghadiali en 1947 et l'Agence américaine chargée des aliments et des médicaments (FDA) obtint une injonction permanente contre son institut en 1958³⁸¹.

Dans les années 1980, le Dr Norman Rosenthal du National Institute of Mental Health reconnut l'existence du trouble affectif saisonnier (TAS) : le manque de lumière à large spectre et la dépression qui en résulte.

De récentes recherches fournissent des preuves aux étonnants pouvoirs du traitement par la lumière. La lumière solaire stimule la glande pinéale pour qu'elle produise de la mélatonine, nécessaire au sommeil, au bien-être et au bonheur³⁸². Des lumières à haute intensité sont utilisées pour soigner des états cancéreux et viraux et même atténuer les symptômes de la maladie d'Alzheimer³⁸³.

Le lauréat du prix Nobel Albert Szent-Györgyi est arrivé à la conclusion, au travers de ses études et recherches, que la lumière atteignant le corps altère les principales fonctions biologiques concernées par le processus digestif, ainsi que les interactions enzymatiques et hormonales. Les enzymes corporelles sont en effet 500 fois plus efficaces lorsqu'elles sont soumises à certaines

couleurs³⁸⁴. La couleur influence bien plus que notre corps ; elle affecte aussi notre esprit. Selon le Dr Jacob Liberman, pionnier dans l'utilisation thérapeutique de la couleur et de la lumière, les couleurs présentes dans le corps fournissent des indications sur notre état de conscience, ce qui signifie également que notre état de conscience reflète la façon dont nous employons les couleurs³⁸⁵.

La clé pour obtenir un effet thérapeutique est d'utiliser la bonne couleur ou longueur d'onde. La lumière infrarouge réduit la gravité d'une attaque cardiaque de 50 %, supprime la cécité chez les animaux et guérit les ulcères buccaux. La lumière rouge aide les plaies à cicatriser plus rapidement et prévient le vieillissement de la peau. La lumière bleue (ainsi que rouge) peut détruire les bactéries. Elle peut aussi reprogrammer l'horloge biologique, traiter la dépression saisonnière et aider les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer à mieux dormir la nuit. La lumière ultraviolette empêche la reproduction des bactéries et des virus et peut stériliser l'air et l'eau³⁸⁶.

La lumière transfère apparemment de l'énergie aux mitochondries dans la cellule et aide le corps à guérir seul. Elle altère également la vitesse de divers processus chimiques. « Nous sommes des photocellules vivantes », déclare Liberman. Le corps diffuse de la lumière de toutes les couleurs, l'absorbe à travers nos structures physiques et émet et reçoit de la lumière via nos corps subtils³⁸⁷.

Liberman souligne les découvertes d'un scientifique nommé Cabal qui, au XIX^e siècle, mit en relation la lumière et l'hypothalamus³⁸⁸. L'hypothalamus constitue le centre du cerveau, qui régule notre système nerveux autonome et la plus importante des glandes endocrines, la glande pituitaire. La glande pinéale sert de photomètre au corps, en absorbant des informations par les yeux, mais également du champ magnétique terrestre. La bonne lumière, utilisée avec l'intensité, la vitesse et la couleur qui conviennent, peut régler les déséquilibres des systèmes nerveux autonome et endocrinien.

Ces explications appuient les découvertes des Dr Fritz-Albert Popp et Hal Puthoff, qui ont déterminé que nous baignons dans un champ de lumière – à l'intérieur et à l'extérieur. Tandis que le « champ du point zéro » environne nos corps, notre ADN agit également comme un appareil biophotonique³⁸⁹ (voir l'Index pour d'autres références au point zéro et à l'ADN).

Il existe des dizaines, voire des centaines de méthodes thérapeutiques basées sur les couleurs et la lumière. En voici quelques-unes.

LE SYSTÈME CHAKRIQUE, UN JEU DE LUMIÈRE ET DE COULEURS

Vous pouvez effectuer un travail thérapeutique avec les chakras en appliquant de la lumière ou des pierres colorées sur les centres chakriques du corps. Chaque chakra régit une partie différente des systèmes nerveux et hormonal, renvoie à un âge différent de développement et traduit différents problèmes liés au sexe. En sachant quelle zone chakrique se rattache à ces trois questions, un praticien peut travailler avec la couleur à des fins curatives.

Steven Vazquez, PhD, expert en photothérapie, a émis l'hypothèse que les chakras inférieurs gouvernent le système nerveux sympathique, qui s'active en cas de stress ou de danger et régule le pouls et la pression sanguine. Les chakras supérieurs gèrent le système nerveux parasympathique, qui contrôle les fonctions corporelles involontaires et inconscientes (comme le système nerveux autonome). En général, le système nerveux sympathique joue le rôle de producteur de stress et le système nerveux parasympathique maintient et rétablit l'équilibre du corps³⁹⁰.

En ce qui concerne les problèmes liés au temps, moins une personne travaille ses chakras, plus elle se soucie du passé. Les chakras du milieu régissent l'instant présent et les chakras plus élevés exploitent des pensées sur le futur ou qui transcendent le temps³⁹¹.

Le corps se subdivise également en fonction du sexe. Comme le montre la *figure 6.9*, il existe quatre quadrants. Les chakras masculins se situent dans le bas du corps et du côté droit, et les chakras féminins occupent la zone supérieure du corps et le côté gauche³⁹².

Nous savons, comme le montre la flèche, que le spectre infrarouge agit sous les chakras inférieurs et que le spectre ultraviolet intervient au-delà des chakras supérieurs. Lorsqu'il travaille avec les nuances de jaune et dans la zone inférieure, un praticien est capable d'accéder à des problèmes du passé et d'activer le système nerveux sympathique. Travailler avec le vert dans la zone supérieure active le système nerveux parasympathique. Les couleurs bleu-vert à indigo, en passant par le bleu, stimulent les questions présentes, tandis que le violet dirigé sur la zone supérieure renvoie à des problèmes futurs ou qui transcendent le temps. Les questions masculines sont plus accessibles par des nuances allant du vert au violet, tandis que les questions féminines relèvent de la couleur jaune et de la zone inférieure. Le côté gauche du corps régit toutes les fonctions féminines et le côté droit les fonctions masculines³⁹³.

Un praticien utilisant le système des douze chakras présenté dans la cinquième partie pourrait travailler avec le spectre infrarouge pour traiter le dixième chakra, qui se situe sous les pieds et reflète les fondements généalogiques. Les chakras audessus de la tête, dont le huitième et le neuvième, transcendent le temps, à l'instar des onzième et douzième chakras qui entourent le corps. Ils fonctionnent à une longueur d'onde ultraviolette ou supérieure. L'on peut accéder à ces cinq chakras supplémentaires par l'intention, ainsi qu'avec les couleurs associées à chacun d'eux dans le tableau du système des douze chakras (*figure 5.27*).

Le Dr Vazquez affirme également que la face avant des chakras régule notre réalité consciente et la face arrière notre inconscient, comme l'illustre la *figure 6.9*.

TECHNIQUES CHROMATIQUES SUPPLÉMENTAIRES UTILISANT LE SYSTÈME DES DOUZE CHAKRAS

Il existe maintes façons d'utiliser les couleurs en thérapeutique. Les informations qui suivent s'appuient sur les études de plusieurs systèmes ésotériques et de la recherche scientifique, et constituent un vaste éventail de connaissances³⁹⁴.

Couleur et diagnostic

La couleur d'un chakra détermine l'état de santé actuel d'un patient et son développement spirituel. Un chakra de couleur claire et d'une nuance adéquate est en harmonie avec le divin et probablement en très bonne santé. Une décoloration, des taches, des couleurs troubles ou noires, ou la perception intuitive de sons discordants, indiquent un déséquilibre ou une maladie. Des zones très sombres et denses pourraient révéler l'interférence ou l'infiltration d'énergies ou d'entités extérieures.

La couleur et la forme d'un chakra identifient les problèmes d'équilibre. Si le chakra n'est coloré que d'un côté, il vous manque la moitié du tableau, ce qui indique des croyances et des émotions bloquées.

Des espaces vides sont généralement le signe d'une fragmentation : une partie du moi est détenue ou asservie ailleurs (cet « ailleurs » peut représenter une autre incarnation, une dimension ou un plan différent ou même un lieu du moi). Ils pourraient également indiquer une régression, la sublimation d'une partie du moi dans quelque chose ou quelqu'un d'autre.

Vous pouvez utiliser les tableaux de couleurs suivants pour la guérison chakrique. Le premier tableau, « Énergies des couleurs », vous montre les couleurs que vous pouvez utiliser pour combler des zones manquantes ou teintées. Le deuxième, « Nuances néfastes », aide à déchiffrer des problèmes existants. Vous pouvez utiliser le système des couleurs conjointement avec la symbologie,

la géométrie et les symboles numériques. Ces techniques constituent toutes des méthodes thérapeutiques vibratoires et peuvent être combinées.

FIGURE 6.7
ÉNERGIES DES COULEURS

Couleur	Signification de l'énergie
Rouge	Énergie vitale
Orange	Créativité et sentiments
Jaune	Intellect
Vert	Guérison
Rose	Amour
Bleu	Communication
Mauve	Vision, clarification des choix et résultats des décisions
Blanc	Volonté divine, destin spirituel
Noir	Faculté de mouvement ; moteur de changement
Or	Harmonie
Argent	Transfert d'énergie d'un endroit à l'autre
Brun	Sens pratique et ancrage

FIGURE 6.8
NUANCES NÉFASTES

État	Problème
Excès ou altération des teintes rouges	Exacerbe la passion, la colère, l'ego ou les peurs liées à la survie
Excès ou altération des teintes orange	Provoque l'hypersensibilité ou l'hyperactivité
Excès ou altération des teintes jaunes	Exagère certaines idées ou croyances mentales et induit des mensonges ou des jugements
Excès ou altération des teintes vertes	Exacerbe le besoin de relations, de codépendance, et la sensation de devoir guérir ce qui ne doit pas l'être
Excès ou altération des teintes roses	Peut générer une sensation d'amour là où il n'y en a pas
Excès ou altération des teintes bleues	Entraîne la sensation d'avoir toujours besoin de davantage d'encadrement ou de se justifier
Excès ou altération des teintes mauves	Engendre le besoin compulsif de tout planifier ou des difficultés à considérer ou structurer ses choix
Excès ou altération des teintes blanches	Exacerbe le sens de la spiritualité et inhibe le besoin de pouvoir et d'action
Excès ou altération des teintes noires	Déséquilibre les énergies spirituelles en mettant l'accent sur le pouvoir ; peut provoquer impuissance, hypersensibilité ou avidité
Excès ou altération des teintes or	Cause un idéalisme excessif et la perte d'espoir qui en résulte

Excès ou altération des teintes argent	Crée une sensibilité aux sources psychiques
Excès ou altération des teintes brunes	Trouble les eaux et entraîne confusion, esprit pratique exacerbé et obsessions matérielles
Excès ou altération des teintes grises	Voile ou dissimule un problème, entraînant un manque de clarté
Effet neutralisant	La fadeur engendre sensation de vide et impuissance ; le vaudou et la manipulation mentale emploient ces méthodes
Imposition d’une couleur différente	Soumettre une autre personne à une couleur en prenant ainsi le contrôle sur elle ; cette méthode porte également le nom de « superposition »
Effet tacheté	Engendre l’inconstance, la victime rencontrant des difficultés à se faire confiance

La guérison en couleurs

Chaque couleur représente un type d’énergie différent. Vous trouverez ci-après une synthèse des énergies des couleurs principales.

Ces couleurs peuvent être exploitées par la photothérapie ou par des dispositifs mécaniques (par un praticien compétent), par la recherche psychique, en les portant sur soi, en plaçant des objets colorés dans son environnement, par l’usage de pierres ou via l’intention.

LA CHROMOPUNCTURE

Peter Mandel, chercheur et thérapeute allemand, a développé la chromopuncture il y a trente ans. Elle consiste à appliquer une lumière de couleur pure sur les points d’acupuncture et autres portes d’accès de la peau à des fins de guérison et de relaxation. Elle est largement reconnue en Allemagne et en Europe comme substitut ou complément à l’acupuncture et devient de plus en plus populaire ailleurs en tant que traitement.

Mandel a basé son travail sur les recherches de scientifiques comme Fritz-Albert Popp, qui découvrit que les cellules du corps communiquaient entre elles via un flux régulier de photons ou particules ondulatoires de lumière. En utilisant la photographie kirlienne, Mandel a déterminé que les méridiens d’acupuncture absorbent et diffusent la lumière colorée dans le corps. Il a ensuite comparé les états énergétiques, perçus par la méthode de Kirlian, aux symptômes physiques de ses sujets, en tentant finalement de définir quelles lumières colorées affecteraient positivement ces états.

Mandel a donné à son système le nom d’ésogétique, qui combine les termes *ésotérique* et *énergétique*. Il traite les niveaux physique, psychique et spirituel en utilisant une lampe torche pourvue de dix cristaux chromocodés qui projettent des ondes de lumière colorée (il n’est pas question d’aiguilles ; la lampe torche n’émet que de la couleur). La lumière est transmise aux points d’acupuncture, aux méridiens, aux régions du corps et aux grilles géométriques sacrées sous la forme de sept couleurs principales, qui adjoignent ou soustraient de l’énergie au système des méridiens.

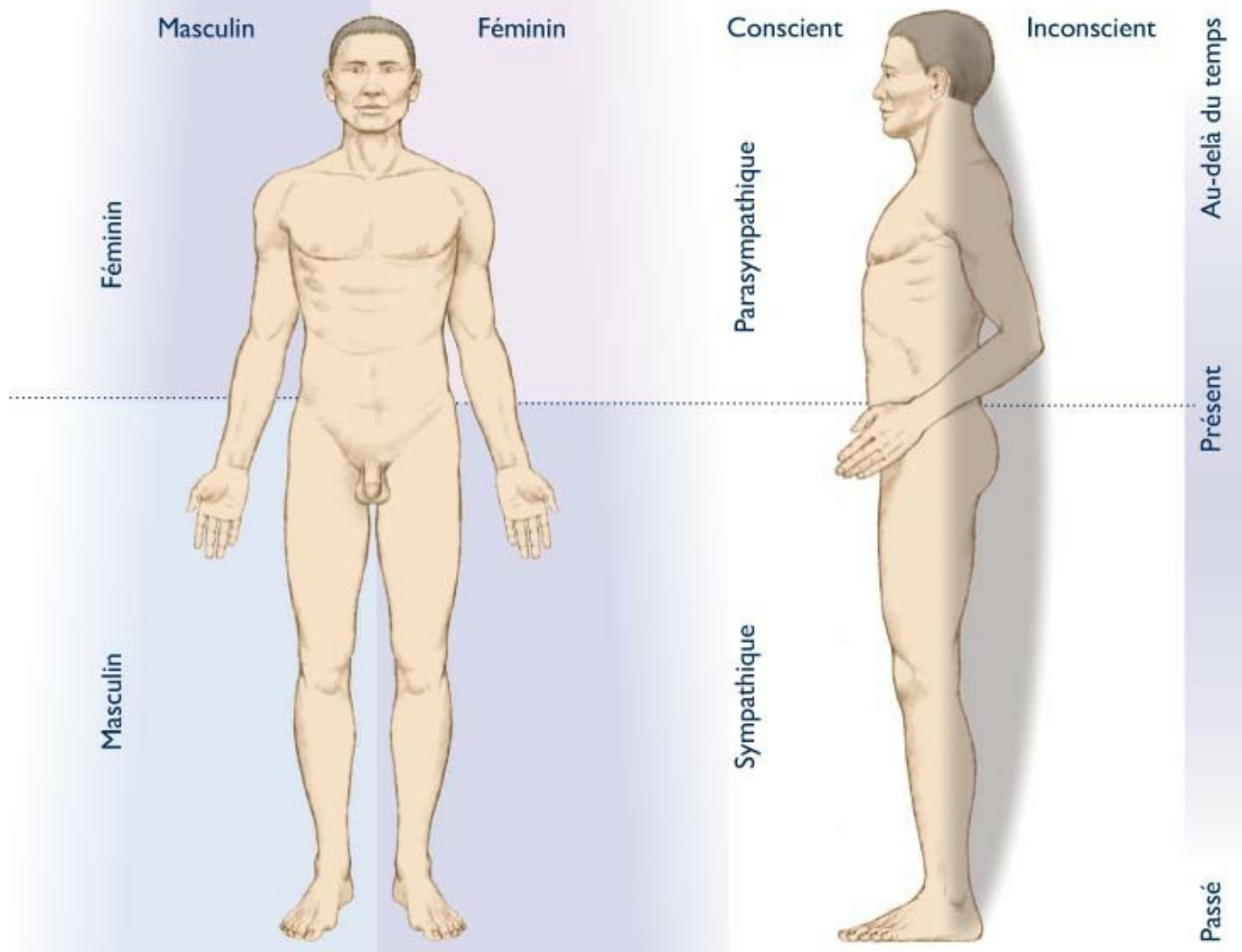


FIGURE 6.9

LA CHROMOTHÉRAPIE : ASSOCIATIONS ENTRE LES CHAKRAS ET LES RÉGIONS DU CORPS

LE SYSTÈME DE CHROMOPUNCTURE DE MANDEL

Le système de chromopuncture de Mandel se fonde sur le « modèle ésogétique », qui met en évidence six facteurs affectant la santé. Le principe fondamental est que la maladie et la douleur apparaissent lorsqu'un individu s'est écarté de son chemin de vie. La chromopuncture relaye l'information contenue dans la lumière à l'inconscient pour que les personnes puissent accéder à leurs propres ressources intérieures en vue de guérir – et de retrouver la bonne direction. Par exemple, un traitement pourrait dénouer un blocage émotionnel et guérir ainsi une affection du système nerveux. En souffrant moins de stress neurologique, les patients peuvent dès lors se consacrer à leur but spirituel personnel³⁹⁵.

Le modèle de Mandel est une représentation holographique de la façon dont le corps produit l'énergie. Trois des six facteurs (appelés molécules) représentent les énergies subtiles. Ce sont les chakras, le champ formatif et le type de décodeur. Les trois autres facteurs décrivent la réalité physique. Ce sont les systèmes corporels, le système de coordination et les relais transmetteurs.

L'ésogétique emploie sept couleurs principales. Les couleurs chaudes – rouge, orange et jaune – renforcent généralement l'énergie, tandis que les couleurs froides – vert, bleu et violet – la réduisent. Un praticien accroît l'énergie pour stimuler et tonifier et la diminue pour calmer et apaiser.

Mandel a également combiné les couleurs en paires complémentaires et les a utilisées simultanément pour traiter le même méridien d'acupuncture. Il a découvert que les couleurs chaudes et froides équilibrent les flux énergétiques yin et yang lorsqu'elles sont réunies.

Voici un aperçu des diverses couleurs employées par Mandel :

Rouge : la couleur la plus yang, chaude et stimulante. Produit de la chaleur. Stimule l'énergie vitale et la circulation sanguine. Active le système nerveux et éveille les cinq sens principaux. Stimule la guérison des plaies sans formation de pus. Utilisée dans le traitement des infections chroniques. Un excès de rouge engendre colère et hyperactivité.

Orange : légèrement yang, tonifie. Éveille l'appétit, soulage les crampes et les spasmes, augmente la pression sanguine, provoque les vomissements, élimine les flatulences, consolide les os. Couplé au bleu, il régule le système endocrinien. Stimule la joie, l'optimisme et l'enthousiasme.

Jaune : yang et la plus lumineuse des couleurs. Renforce le système nerveux moteur et le métabolisme, et entretient les systèmes digestif, glandulaire et lymphatique. Stimule les fonctions intellectuelles ; accroît la bonne humeur et la confiance.

Vert : yin neutre. Légèrement rafraîchissant. Traite les affections aux poumons, aux yeux, les diabètes, les troubles musculo-squelettiques, les inflammations articulaires et les ulcères. Il est antibactérien et aide à la désintoxication. Calme, apaise et équilibre.

Bleu : yin ou froid. Détend le corps et l'esprit, réduit la fièvre, la congestion, les démangeaisons, l'irritation et la douleur. Traite l'hypertension, les brûlures, les inflammations purulentes et les maladies impliquant la chaleur. Contracte les tissus et les muscles. Calme et tranquillise lorsqu'il est utilisé aux points d'acupuncture des glandes pituitaire et pinéale. Bénéfique pour l'insomnie, les phobies et les déséquilibres endocriniens. Il n'est pas indiqué en cas de dépression car c'est une couleur mélancolique.

Violet : la couleur la plus yin. Stimule la rate, réduit l'irritabilité et équilibre le cerveau droit. Combiné au jaune, il augmente la production de la lymphe, contrôle la faim et équilibre le système nerveux. Agit au niveau de l'inconscient³⁹⁶.

Les couleurs complémentaires

Les paires de couleurs complémentaires sont rouge/vert, orange/bleu et jaune/violet. Réunies, ces nuances équilibrent le yin et le yang. Par exemple, le rouge stimule le sang et améliore la circulation tandis que le vert calme les états générateurs de stress. Le bleu peut soulager la douleur et l'orange lever les peurs et la dépression à l'origine de la tension. Le jaune renforcera le système nerveux pendant que le violet l'apaisera par un état méditatif.

LE RÉGIME ALIMENTAIRE ET LA MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

L'un des traitements traditionnels les plus largement utilisés est la modification du régime alimentaire. L'intervention diététique est personnalisée en fonction du schéma de déséquilibre que présente un individu. Les aliments fournissent de la chaleur ou du froid qui, à leur tour, équilibrent le yin et le yang. Si quelqu'un est trop chaud ou présente trop de chaleur (ou de yang), on lui prescrit des aliments froids. Si la personne est trop froide ou présente trop de froid (ou de yin), on lui prescrit des aliments chauds. Un praticien détermine fréquemment les réactions thermiques d'un patient en

examinant comment il se comporte après avoir mangé.

Chaque aliment possède des qualités yin (froides) et yang (chaudes), mais l'une prédomine souvent sur l'autre. De manière générale, les affirmations suivantes sont justifiées : les saveurs amères et salées sont yin ; les saveurs piquantes et sucrées sont yang.

Un excès de yin peut mener à la mollesse, à l'apathie, à la dépression, à la perte de poids, à des états « hypo » et à l'émotivité, tandis qu'un excès de yang se traduit par l'hyperactivité, la tension, la nervosité, l'anxiété et l'agressivité.

Voici quelques aliments courants et leurs qualités thermiques :

aliments froids : céleri, laitue, brocoli, épinard, tomate, banane, pastèque, orge, millet, blé, porc, œuf, crabe, crème glacée et sauce soja ;

aliments neutres : betterave, navet, carotte, citron, pomme, riz, maïs, seigle, pomme de terre, igname, bœuf et lapin ;

aliments chauds : échalote, courge, chou, chou frisé, avoine, thon, dinde, saumon, agneau, poulet, crevette, gingembre, sucre, ail et poivre.

LA TECHNIQUE DE LIBÉRATION ÉMOTIONNELLE (TLE)

La technique de libération émotionnelle (TLE) est une méthode thérapeutique simple d'utilisation semblable à l'acupression, connue davantage pour soulager la douleur, la maladie et les problèmes émotionnels. Elle se fonde sur une nouvelle découverte qui consiste à tapoter du bout des doigts les traditionnels points de méridiens de votre corps.

Ses deux principes de base sont les suivants : « Toutes les émotions négatives sont dues à une perturbation du système énergétique du corps (...) Et, puisque nos douleurs et maladies physiques sont de toute évidence liées à nos émotions (...), nos émotions négatives non résolues représentent des facteurs majeurs pour la plupart de nos douleurs et maladies physiques. »³⁹⁷

Gary Craig inventa la TLE au milieu des années 1990 et elle a depuis gagné en popularité. Elle n'a pas la prétention de se substituer à un avis médical compétent et ne certifie pas non plus qu'elle fonctionnera dans tous les cas, mais il s'agit d'une technique efficace ayant induit des résultats exceptionnels. La TLE s'appuie sur les témoignages et le soutien considérables de plusieurs thérapeutes reconnus.

La TLE a été appliquée à des troubles psychologiques et physiques, dont les problèmes de rendement, les maladies graves, la dépression, l'anxiété, le syndrome de stress post-traumatique, le soulagement de la douleur, les allergies, les problèmes de tension artérielle, les troubles relationnels, le stress en général, les addictions, les phobies – en fait, toute affection, du rhume au cancer.

L'efficacité de la TLE se fonde sur la thèse que les émotions négatives s'élaborent suivant ces étapes :

1. une expérience malheureuse se produit, résultant en
2. une émotion négative, qui mène à
3. une programmation inadéquate dans le corps, qui
4. perturbe le système énergétique du corps³⁹⁸.

En théorie, vous ne pouvez pas supprimer une émotion négative à moins de rééquilibrer simultanément le système énergétique ; par conséquent, vous devez recourir à un procédé qui se charge des deux en même temps. La technique TLE de base consiste à se concentrer sur un souvenir, une émotion, une douleur ou une maladie perturbante. Au même moment, le praticien tapote de ses doigts une série de douze points correspondant aux méridiens chinois. La séance s'achève en combinant le tapotement et la focalisation sur une affirmation positive.

Il est possible de se former à la TLE en complément d'une pratique thérapeutique en cours ou dans le but de la pratiquer comme thérapie indépendante. Les praticiens sont encouragés à faire preuve de bon sens en utilisant cette technique sur une personne souffrant d'un trouble émotionnel grave.

L'APPROCHE THÉRAPEUTIQUE DES QUATRE VOIES

Les Quatre Voies représentent un système énergétique que j'ai développé d'après mes recherches intégrant les pratiques thérapeutiques orientales, occidentales et chamaniques. Il suggère l'existence de quatre niveaux de conscience qui viennent s'ajouter à la réalité plus vaste : l'espace dans lequel, comme nous le savons, le ciel et la terre ne font qu'un. Parce que nous existons simultanément à ces quatre niveaux, tout changement de position sur l'une des voies entraîne des modifications significatives sur les autres. La maladie est due à un déséquilibre des énergies sur l'une ou plusieurs de ces voies. Les chakras servent de portes d'accès en permettant le mouvement entre ces niveaux de conscience.

En général, seule une crise forcera les personnes à regarder au-delà de la réalité physique de la vie : le fondement de la voie élémentaire, le plan matériel. La voie du pouvoir présente des énergies et forces surnaturelles, et des changements plus importants que ceux que la voie élémentaire rend possibles. La voie de l'imagination implique l'utilisation de la magie et de l'intention créatrices afin de déplacer les énergies de l'univers quantique vers l'univers physique, tandis que la voie divine recourt à la « médecine » la plus élevée de toutes : les miracles, qui nous sont accessibles lorsque nous reconnaissons notre nature divine³⁹⁹.

LES QUATRE VOIES ET LE DIAMANT QUANTIQUE

L'approche des Quatre Voies emploie un motif géométrique pour la guérison et la manifestation, basé sur la connaissance des solides de Platon, des idées pythagoriciennes, de l'alchimie hermétique, de la mécanique quantique, de la Kabbale et de la théorie du spin. Il a pour nom le *diamant quantique* (développé en collaboration avec Carolyn Vinup, sonothérapeute).

Le diamant quantique est un objet interdimensionnel en forme de diamant comprenant cinq cordes qui relient les deux côtés du diamant à un espace vide au milieu. Ces cinq cordes, lorsqu'elles sont partagées en deux, peuvent être perçues comme dix cordes, formant douze points clés dans l'espace-temps, si l'on ajoute également les deux points opposés.

Un diamant se compose en fait de deux triangles dont les bases sont reliées. Le triangle joue un rôle essentiel dans la philosophie de Platon, qui le considère comme la figure fondamentale de la création – à l'instar de la théorie de la triangulation dynamique causale (CDT), qui appréhende le triangle comme la forme élémentaire des murs interdimensionnels. Le cinq est un chiffre créateur pour les mathématiciens et physiciens mystiques. Ils considèrent les deux symboles, le triangle et le chiffre cinq, comme soustendant la création. Le sommet du triangle abrite la réalité matérielle et l'espace-temps de « l'ici et maintenant », tandis que le bas du triangle baigne dans l'antimatière. La zone intérieure du diamant est occupée par le « point zéro », la vacuité riche de potentiel (voir

l'Index pour ces concepts).

Ce modèle est semblable à celui de la Kabbale, qui présente dix sephiroth et est occupé par Daath ou le vide en son centre. Les sephiroth sont considérés comme les manifestations graduelles de l'Ein Sof, ou Dieu, que l'on peut imaginer comme un point de lumière émanant de tous les plans des sephiroth (voir chapitre 40). Ce modèle-ci est identique, si ce n'est qu'il suggère également que l'énergie créatrice s'écoule à la fois du « haut » et du « bas » ; en essence, Dieu se manifeste à travers les plus basses vibrations, qui sont plus proches de la réalité matérielle et de l'extrémité inférieure du spectre électromagnétique, ainsi qu'à travers les vibrations les plus élevées, qui sont plus proches des royaumes spirituels et de l'extrémité supérieure du spectre électromagnétique. L'unité globale, lorsqu'elle est en mouvement, tourne comme la double hélice de l'ADN. L'on peut programmer des intentions de guérison ou de manifestation le long des cordes, en actualisant dès lors l'énergétique du corps, du mental et de l'âme. La forme du diamant quantique transfère ensuite énergétiquement ces intentions dans les gènes et le système électromagnétique du corps.

LA GÉOMÉTRIE ET LE SON EN THÉRAPIE

L'Évangile selon saint Jean nous apprend qu'au commencement était « le Verbe ». Qu'est-ce qu'une parole sinon une note – un son – et, peut-être, une forme ?

Tout l'espace baigne dans un état de préparation ; il se compose à 90 % de matière noire, en attendant d'être façonnée par le verbe – ou la vibration. Récemment, en projetant une pensée dans de l'eau, le Dr Masaru Emoto nous a démontré que nous pouvions modeler notre réalité, jusqu'à la plus basique des molécules (voir « Les interactions du champ magnétique avec l'eau » à la page 135). Au cours du XX^e siècle, le chercheur suisse Hans Jenny soumit de fins grains de matière ou du liquide à des sons purs et observa que des figures géométriques bien distinctes prenaient forme et vie. Il donna à cette science le nom de cymatique (voir « La cymatique » à la page 137). Le son transforme la matière en dessins naturels.

Le son et la forme sont tous deux des aspects de l'énergie et ils s'entrecroisent souvent. Les sons comme les formes engendrent certains effets dans le corps subtil, et l'on peut les utiliser en thérapeutique.

Ce phénomène s'explique, en partie du moins, par la théorie du spin, l'une des théories préférées de la physique quantique. La théorie du spin, comme nous l'avons vu, décrit le moment angulaire d'une particule. Lorsque plusieurs particules sont en mouvement au même instant, l'effet est le même que celui d'un groupe de bambins courant comme des sauvages dans la pièce en l'absence de baby-sitter. Observez-les bien attentivement, cependant, et le mouvement aléatoire révèle une gracieuse élégance. Pour les « particules composites », ou le groupe d'enfants, le spin est la *combinaison* des spins de chaque particule (ou enfant), plus le moment angulaire de leur mouvement orbital. C'est le chaos, mais qui cache quelque part en son sein une sorte d'ordre.

Toutes les particules ou ondes vibrantes – ou particules ondulatoires, comme les photons, les unités de la lumière – possèdent un spin. Cela signifie que tout son a un spin particulier. Et c'est pareil pour un ensemble de sons. Un chant crée un « spin » unique, tout comme la note Si. Si vous pouviez tracer une ligne d'une note à une autre – d'une extrémité d'un spin à la suivante –, il naîtrait des structures géométriques. De cette façon, le son et la géométrie sont étroitement liés.

LES SIGNIFICATIONS GÉOMÉTRIQUES⁴⁰⁰

Les divers motifs géométriques possèdent des significations différentes. Des symboles généralement perçus intuitivement comme pleins ou complets sont le signe d'une bonne santé ou peuvent être

gravés psychiquement ou énergétiquement pour rétablir la santé. Des symboles altérés, ceux qui apparaissent brisés ou déformés, entraînent une perturbation énergétique et donc aussi physique. Voici un échantillon des significations des symboles géométriques, basées sur des recherches en géométrie pythagoricienne et sacrée.

FIGURE 6.10
LES SYMBOLES GÉOMÉTRIQUES : FAVORABLES ET NÉFASTES

Symbole	Plein	Altéré
Cercle 	Plénitude	Provoque blessure, lésion, dégâts ou séparation
Carré 	Fondement	Utilisé pour renverser des systèmes
Rectangle 	Production	Emprisonne ou expose au danger
Triangle 	Conservation et immortalité	Entraîne maladie, malaise, déséquilibre et mort
Spirale 	Création et cycles	Impose des fins abruptes, l'interruption des cycles ou des rythmes
Étoile à cinq branches 	Alchimie et mouvement	Freine, retient, étouffe, ralentit les vibrations
Étoile à six branches 	Résurrection	Provoque blocage, désespoir et dépression
Croix 	Lien entre l'homme et le divin et protection divine	Renforce l'ego ou entraîne un extrême découragement
En outre, une marque « X » évoque la présence d'une puissance négative ou d'une anticonscience.		

LES HERBES ET LA MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

De nombreux médecins traditionnels chinois sont d'excellents phytothérapeutes. La médecine traditionnelle chinoise évalue une plante et ses utilisations en fonction de divers facteurs, dont sa nature, son goût, son affinité et ses actions premières (et secondaires) :

Nature : froide ou chaude, ainsi que relaxante, stimulante, hydratante ou desséchante. Les herbes froides comme la menthe poivrée ou la menthe verte, par exemple, activeraient le système et réduiraient la congestion pulmonaire.

Goût : il existe cinq saveurs : l'aigre, l'amer, le sucré, l'épicé et le salé. Les herbes amères, par exemple, ont des vertus asséchantes. À l'instar des herbes froides, elles sont indiquées en cas de congestion pulmonaire ou de rhume.

Affinité : certaines herbes sont plus efficaces en collaboration avec des systèmes organiques particuliers ; telle est la définition de l'affinité de l'herbe.

Action première : comment l'herbe affecte-t-elle le système ? Elle peut dissiper ou déplacer ; purger ou expulser ; tonifier ou renforcer ; ou retenir et servir d'astringent. Maintes herbes provoquent un effet premier ainsi qu'un effet secondaire.

La pharmacopée chinoise regroupe des centaines d'herbes, qui sont combinées de milliers de façons différentes. Voici quelques-unes des « indispensables » :

Ail : indiqué pour l'hypertension et le cholestérol ; antiseptique et antifongique.

Astragale : stimule l'immunité.

Dong Quai (ou Tang Kuei) : améliore la circulation et la production sanguines ; équilibre le système endocrinien féminin.

Fo Ti (Ho Shou Wu) : purifie le sang, accroît l'énergie, stimule les capacités sexuelles.

Gingembre : réchauffe ; stimule la digestion ; atténue les nausées.

Ginseng : restaure les énergies sexuelles et digestives.

Ginseng (sibérien) : accroît l'énergie et stimule le système immunitaire.

Thé vert : améliore la santé cardiaque, réduit le cholestérol et a démontré des effets anticancéreux.

L'HOMÉOPATHIE

L'homéopathie est un système médical vibratoire, ou basé sur les énergies, développé par le Dr Samuel Hahnemann. Il fonctionne selon la « loi de similitude » : l'idée que la même substance qui provoque des symptômes chez une personne saine peut y remédier chez une personne malade. Hahnemann créa une méthode systématique d'évaluation des substances qui engendrent des symptômes problématiques à tous les niveaux : physique, émotionnel, mental et spirituel. Il examina ensuite ces symptômes en rapport avec les maladies pour déterminer quelle substance administrer pour traiter une affection particulière.

Hahnemann fit également l'expérience de diluer ces remèdes homéopathiques – ou « semblables à la pathologie ». Il découvrit un processus appelé la *dynamisation* : lorsqu'il mélangeait un remède à l'eau et le secouait de manière adéquate, son efficacité décuplait. Il réduisit finalement la solution jusqu'à ce qu'il ne demeure plus aucune molécule de la substance d'origine. Et cela fonctionnait toujours. À l'heure actuelle, des centaines de solutions produites à partir de minéraux, de plantes et de tissus malades ont été étudiées et ont démontré leurs effets bénéfiques – tandis que des milliers d'autres les ont démontrés au moins en partie⁴⁰¹.

L'homéopathie fonctionne selon le principe de la *résonance constructive*, comme le Dr Richard Gerber l'explique dans son livre *A Practical Guide to Vibrational Medicine*⁴⁰². Gerber brosse le portrait d'une personne dont le corps en bonne santé vibre habituellement à 300 cycles par seconde. Lorsqu'elle est malade, son corps peut monter à 350 cycles par seconde, la vibration la plus élevée stimulant la production de globules blancs comme le fait une réaction immunitaire aux bactéries.

Comme le souligne Gerber, la fièvre ou le symptôme qui en résulte constitue en réalité une saine et non une mauvaise réaction. Nous pourrions maintenant « introduire » de l'énergie qui vibre à seulement 300 cycles par seconde et le corps l'absorbera. Mais cette vibration plus basse accomplira-t-elle ce qu'il faut – la mobilisation des défenses du corps ? Non. Nous devons renforcer les mécanismes de guérison du corps avec un médicament qui vibre à 350 cycles par seconde – le travail effectué par un remède homéopathique. En *accentuant* un symptôme, vous aidez le corps à réagir au fait qu'il *existe* un symptôme.

Nous pouvons diluer une solution de différentes manières. Malcolm Rae développa un remarquable procédé radionique. Un flacon d'alcool, d'eau ou d'un mélange des deux est placé dans un dispositif statique et dilué par un procédé radionique pendant une courte période (la radionique est liée à la radiesthésie, l'utilisation physique ou éthérique du rayonnement dans un but précis. Voir « La radionique : la guérison par le champ » à la page 358). Toutes les solutions sont chargées durant le même laps de temps avec une plaque émettrice gravée de divers cercles concentriques et de lignes radiales. L'écart entre ces lignes est modifié de façon à servir de code pour le remède homéopathique désiré⁴⁰³. Les remèdes homéopathiques peuvent aussi être produits au cours de certains procédés de dépistage électrodermique et leur précision contrôlée par la kinésiologie.

Certaines personnes fabriquent leurs propres préparations homéopathiques en tenant tout simplement un flacon d'eau dans la main et en priant et en méditant sur l'eau. Si elle est suffisamment intense, cette intention peut altérer la structure cristalline des molécules d'eau et constituer un remède homéopathique. Les preuves scientifiques de cette approche ont été publiées en s'appuyant sur les recherches sur l'eau réalisées par le Dr Masaru Emoto au Japon.

LA PRESCRIPTION CONSTITUTIONNELLE

Selon cette approche, un praticien apprend à sélectionner des remèdes homéopathiques basés sur l'histoire globale de la vie du patient. Un thérapeute des méridiens pourrait déterminer que l'une des cinq constitutions principales correspond à un patient particulier et utiliser cette information pour décider en partie du traitement.

LES REMÈDES HOMÉOPATHIQUES ET LA THÉRAPIE DES MÉRIDIENS

Il existe plusieurs thérapies des méridiens qui recourent à des remèdes homéopathiques. Voici une brève description de quelques-unes d'entre elles.

La neurothérapie des méridiens

La neurothérapie consiste à injecter des remèdes homéopathiques dans les points d'acupuncture du corps. Par ce procédé, les remèdes s'introduisent dans le système nerveux autonome, qui régit les fonctions corporelles involontaires. Les remèdes s'intègrent aisément et en douceur dans le système à travers les capteurs de la peau, qui transmettent la vibration aux organes et aux tissus via les nerfs.

Les praticiens compétents adjoignent souvent un léger anesthésique à l'injection, ainsi qu'un ou plusieurs ingrédients homéopathiques ou autres remèdes naturels. Les points d'injection sont des points d'acupuncture qui parcourent le méridien en déséquilibre.

L'électropuncture / dépistage électrodermique

L'on fabrique une solution en se basant sur la réaction de résonance électronique du patient au remède. Autrement dit, la réaction d'un patient à un remède est évaluée après le diagnostic. Le traitement envisageable est placé dans le circuit électrique et le praticien vérifie si sa vibration fait revenir le méridien en sous ou surfonctionnement à son état normal. Certains appareils peuvent en fait

« créer » le remède homéopathique avec des vibrations électriques ou magnétiques qui « programment » de l'eau ou de l'alcool.

La kinésiologie

Le praticien recourt au « test musculaire » pour déterminer si un remède homéopathique corrige le déséquilibre d'un méridien.

LA KINÉSIOLOGIE OU LE « TEST MUSCULAIRE »⁴⁰⁴

La kinésiologie est un procédé de diagnostic qui fut, pendant un certain temps, populaire en chiropractie et qui, aujourd'hui, fait une percée dans le domaine de la thérapie des méridiens.

Le terme kinésiologie dérive du mot grec *kinesis*, qui signifie « mouvement ». C'est l'étude des muscles et du mouvement du corps et on la considère comme une sorte de biofeedback. Un praticien se concentre sur un sujet et évalue ensuite sa force musculaire, en utilisant généralement son bras. Selon le système, la faiblesse musculaire évoque un déséquilibre chez le sujet, tandis que la force musculaire est signe d'équilibre. Par exemple, si le praticien songe à du sucre et que le bras du patient s'affaiblit sous une légère pression, celui-ci pourrait présenter une réaction défavorable au sucre. La kinésiologie est souvent qualifiée de « test musculaire » de par cette utilisation particulière des muscles.

La kinésiologie appliquée analyse les aspects chimiques, structurels et mentaux de l'état actuel du corps. Elle prend en compte les fonctions corporelles clés suivantes :

- la santé du système nerveux (N)
- le système neurolymphatique (NL)
- le système neurovasculaire (NV)
- le liquide céphalo-rachidien (LCR)
- les méridiens d'acupuncture (AMC)

La kinésiologie fut développée au début des années 1960 sous la forme de kinésiologie appliquée (KA) par le Dr George Goodheart, un chiropracteur de Détroit. La KA était utilisée à l'origine pour analyser les fonctions biomécaniques et neurologiques dont la posture, la démarche, l'amplitude des mouvements et les réactions physiologiques aux stimuli physiques, chimiques ou mentaux. Avec les années, ces examens se sont approfondis pour regrouper l'évaluation de l'ensemble du système nerveux, ainsi que des systèmes vasculaire et lymphatique, l'alimentation, les fonctions liquides et les facteurs environnementaux. Goodheart y adjoignit la thérapie des méridiens à la fin des années 1960.

Dans le système du Dr Goodheart, la KA évalue le flux de l'énergie dans les méridiens. Les déséquilibres peuvent être corrigés au moyen d'aiguilles, de lasers, de la stimulation électrique, de petites bandes de ruban adhésif munies de billes métalliques, ou en stimulant certains points. Une autre version encore de la kinésiologie, le *Touch for Health* (TFH), combine la théorie de l'acupuncture à l'approche occidentale de la kinésiologie (la kinésiologie est censée servir de complément au diagnostic standard, et non de substitut).

solution homéopathique appropriée. Ce sont :

Le Traité de matière médicale : ce guide recense des informations sur les symptômes pour les différents remèdes homéopathiques. Il dresse également la liste des organes associés à chaque remède. En utilisant cette source, un thérapeute des méridiens consulte les symptômes et place les remèdes en corrélation avec les organes (il existe plusieurs versions de ce traité ; Samuel Hahnemann est lui-même l'auteur de l'original).

Le Répertoire de Kent : ce guide met en lumière les symptômes des systèmes organiques et recense les remèdes homéopathiques qui pourraient correspondre à ces organes. Avec ce manuel, un thérapeute des méridiens peut rechercher un organe et faire ensuite son choix parmi les remèdes⁴⁰⁵.

LES AIMANTS ET LA THÉRAPIE DES MÉRIDIENS

À la lumière des recherches révélant la nature électrique des points d'acupuncture, nous pouvons comprendre l'efficacité des thérapeutiques qui se fondent sur l'électricité. Mais qu'en est-il du magnétisme ?

Les courants électriques génèrent des champs magnétiques. Nous pouvons altérer un courant électrique ou charger ou affecter son pendant magnétique – et inversement. Le système des méridiens émet des champs magnétiques que l'on peut mesurer en utilisant l'interféromètre quantique supraconducteur (SQUID) mentionné plus tôt.

Le SQUID a, par exemple, révélé la présence d'un halo magnétique autour de la tête⁴⁰⁶. Le champ amplifié par le SQUID met apparemment en évidence le vaisseau Gouverneur, qui divise le cuir chevelu en deux parties symétriques. La région reflétant un point d'acupuncture particulier (VG20) semble se fondre dans la surface du halo pour renvoyer l'image du système des méridiens et non des plans anatomiques du corps⁴⁰⁷. Travailler sur ces points ou sur d'autres qui leur sont liés peut théoriquement affecter la conductivité électrique d'un méridien ou du champ dans sa globalité.

Nous savons que le magnétisme peut induire un effet curatif. Certains tissus à croissance rapide, les tumeurs en particulier, sont électriquement négatifs. Leur développement est considérablement ralenti ou même enrayé lorsqu'on les expose aux courants d'un pôle positif⁴⁰⁸. Le magnétisme est connu pour soulager la douleur et l'inflammation, améliorer la circulation, stimuler le système immunitaire, favoriser le sommeil, accélérer la guérison et atténuer les troubles du système nerveux. L'utilisation adéquate d'aimants aide le corps à s'aligner sur son champ électromagnétique et à se connecter convenablement au champ terrestre.

Du point de vue physique, la douleur est causée par la transmission de signaux électriques le long de la voie de passage des nerfs. Le signal part du centre de la lésion et parcourt le système nerveux avant d'atteindre le cerveau. Un tissu endommagé émet une charge électrique positive, qui dépolarise les cellules nerveuses et les déséquilibre. Du point de vue bioénergétique, les charges électriques sont actives et positives et les charges magnétiques sont considérées comme négatives et réceptives. La qualité réceptive des aimants équilibre les points des méridiens qui sont surstimulés, soulageant dès lors la douleur, atténuant l'enflure et apaisant le système nerveux. L'on a récemment rangé le magnétisme dans la catégorie des techniques de guérison des thérapies des méridiens. Les appareils magnétiques thérapeutiques sont autorisés dans nombre de pays, en particulier au Japon, où ils revendiquent leur efficacité dans le traitement des affections osseuses et musculaires, des migraines et des problèmes liés à la douleur.

Un corpus de recherches de plus en plus abondant montre que le corps réagit par des effets analgésiques lorsqu'un champ magnétique est utilisé sur des points d'acupuncture appropriés. Dans

une étude, un champ magnétique à courant continu de moins de 500 gauss entraînait un soulagement local de la douleur, tandis qu'un champ magnétique faible (20 gauss) appliqué en continu engendrait un effet sur l'ensemble du méridien⁴⁰⁹. De nombreuses études scientifiques et les témoignages de patients du monde entier ont confirmé ce résultat – qui constitue l'une des raisons pour lesquelles les thérapeutes des méridiens recourent à des aimants en complément de leurs pratiques thérapeutiques.

Nombre de médecins reconnus utilisent la magnétothérapie et la magnétopuncture dans leurs pratiques, parmi lesquels le Dr William Pawluk, docteur en médecine doublement diplômé aux États-Unis et au Canada et maître assistant à l'école de médecine de l'Université John Hopkins. Gary Null, PhD, qui a mené des recherches poussées sur la magnétothérapie, conseille d'utiliser des aimants en combinaison avec d'autres méthodes curatives, dont l'acupression, le toucher thérapeutique et le massage des tissus profonds⁴¹⁰.

LE MASSAGE

Le domaine du massage englobe maintes spécialités, trop nombreuses pour que l'on puisse les recenser et les décrire dans cette section. Nous en explorons ici deux types.

LE SHIATSU

Le shiatsu est une thérapeutique par imposition des mains qui utilise les paumes, les pouces et autres doigts pour délivrer un traitement par la pression, procédé que son nom décrit parfaitement ; *shi* signifie « doigt » et *atsu* « pression ». Le shiatsu se concentre sur des sections particulières du corps pour corriger des déséquilibres et améliorer la santé. On le considère également comme un moyen viable de soigner des maladies bien spécifiques.

Le shiatsu rejoint la médecine traditionnelle chinoise (MTC) sur le fait qu'elle se focalise sur des endroits du corps particuliers. Contrairement à la MTC, cependant, les plus stratégiques de ces points se situent au niveau de centres fonctionnels anatomiques et non pas de zones énergétiques. On les qualifie de *points Tsubo*, *tsubo* signifiant « point essentiel » ou « lieu important ». Nombre de ces points, par contre, interagissent avec les points méridiens traditionnels.

La pratique du shiatsu

Le shiatsu se déroule généralement avec le patient complètement habillé en position couchée, parfois assise. Le praticien pose un diagnostic et débute immédiatement le traitement par ses pouces, en ajoutant au cours du procédé des pressions effectuées par ses paumes et ses mains. Le shiatsu combine de nombreuses techniques dont des secousses, des rotations, des pressions, des crochetages, des vibrations, des palpers doux, des pincements, des étirements, des torsions, des balayages et autres. L'une des écoles utilise la méthode consistant à marcher sur le dos, les jambes et les pieds du patient. Une séance se concentre généralement sur les points shiatsu principaux et, en second lieu, sur les points shiatsu keiketsu.

En général, le shiatsu se fonde sur les mêmes principes anatomiques et physiologiques que la chiropractie et de nombreux types de massage occidentaux. Contrairement à ces méthodes, cependant, le shiatsu n'utilise que les pouces, les paumes et les doigts.

Dans les traitements traditionnels chinois, dont l'acupuncture et la médecine par les plantes, les praticiens posent en premier lieu un diagnostic et entreprennent ensuite un traitement. Au lieu d'établir d'abord un diagnostic, le praticien shiatsu utilise ses pouces pour recueillir d'importantes informations sur le patient, telles que son état général, des détails sur sa peau, ses muscles et ses organes, et sa température corporelle. Il adapte ensuite immédiatement ses actions de façon à délivrer

un traitement via les points tsubo. L'idée consiste à activer les pouvoirs de guérison naturels du corps en rectifiant les fonctions biologiques.

La base du shiatsu repose sur le fait de savoir quels points tsubo employer, combien de pressions utiliser et quel type de pression aura un effet bénéfique. Il existe maints types de pression différents, chacun d'eux pouvant être utilisés pour identifier les problèmes et favoriser la guérison.

Les points shiatsu

Il existe deux types de points tsubo, qui sont :

Les points shiatsu principaux : ces 660 points couvrent la totalité du corps. Ils n'ont pas de nom et un praticien travaille souvent avec plusieurs d'entre eux ou avec l'ensemble des points pour rétablir l'équilibre du corps.

Les points shiatsu keiketsu : ces points sont également qualifiés de points réflexes pathologiques et sont liés aux réflexes cutané-viscéraux des nerfs sensitifs. Ces points sont situés aux mêmes endroits que les points méridiens ; ils doivent d'ailleurs leurs noms à leurs parents, les points chinois. Ces points sont stimulés dans le cas de symptômes ou de problèmes particuliers. Certains d'entre eux interagissent avec les points principaux.

Les praticiens consacrent généralement 80 % de leur temps aux points principaux et les 20 % restants aux points keiketsu⁴¹¹. En plus des points tsubo, un praticien shiatsu se réfère également aux *dermatomes*, subdivisions du corps contrôlées par des nerfs spinaux particuliers, les racines dorsales.

L'histoire du shiatsu

Le shiatsu fut inventé par un jeune garçon japonais, Tokujiro Namikoshi, en 1912. À l'âge de sept ans, il soigna les rhumatismes de sa mère en n'utilisant que les pressions de ses pouces, doigts et paumes. Une fois adulte, il découvrit les 660 points principaux, qu'il associa à des parties et des fonctions du corps au travers de ses études d'anatomie et de physiologie. En 1957, le shiatsu fut admis en tant que méthode thérapeutique par le département médical du ministère de la Santé japonais⁴¹².

Il existe également plusieurs versions du shiatsu que l'on regroupe sous le terme commun de *techniques dérivées du shiatsu*. Un style qui connaît un franc succès, le shiatsu des méridiens, incorpore la technique des méridiens de la médecine traditionnelle chinoise. Le shiatsu zen introduit des philosophies zen dans sa pratique. Le shiatsu taoïste implique une concentration mentale et des prières à bouddha.

Ce débat met en lumière le travail de Kiyoshi Ikenaga, qui se focalise sur les aspects anatomiques et physiologiques des points tsubo.

Le fonctionnement du shiatsu

Le principe du shiatsu est de prévenir et de guérir les maladies ou déséquilibres en stimulant le système immunitaire et en accédant aux pouvoirs de guérison naturels du patient. Les praticiens shiatsu traitent généralement l'ensemble du corps. Vu que la « totalité » guérit, des systèmes corporels indépendants se rétablissent également. Les professionnels du shiatsu connaissent les effets de la stimulation des points tsubo sur de tels systèmes physiques comme le système circulatoire ou nerveux.

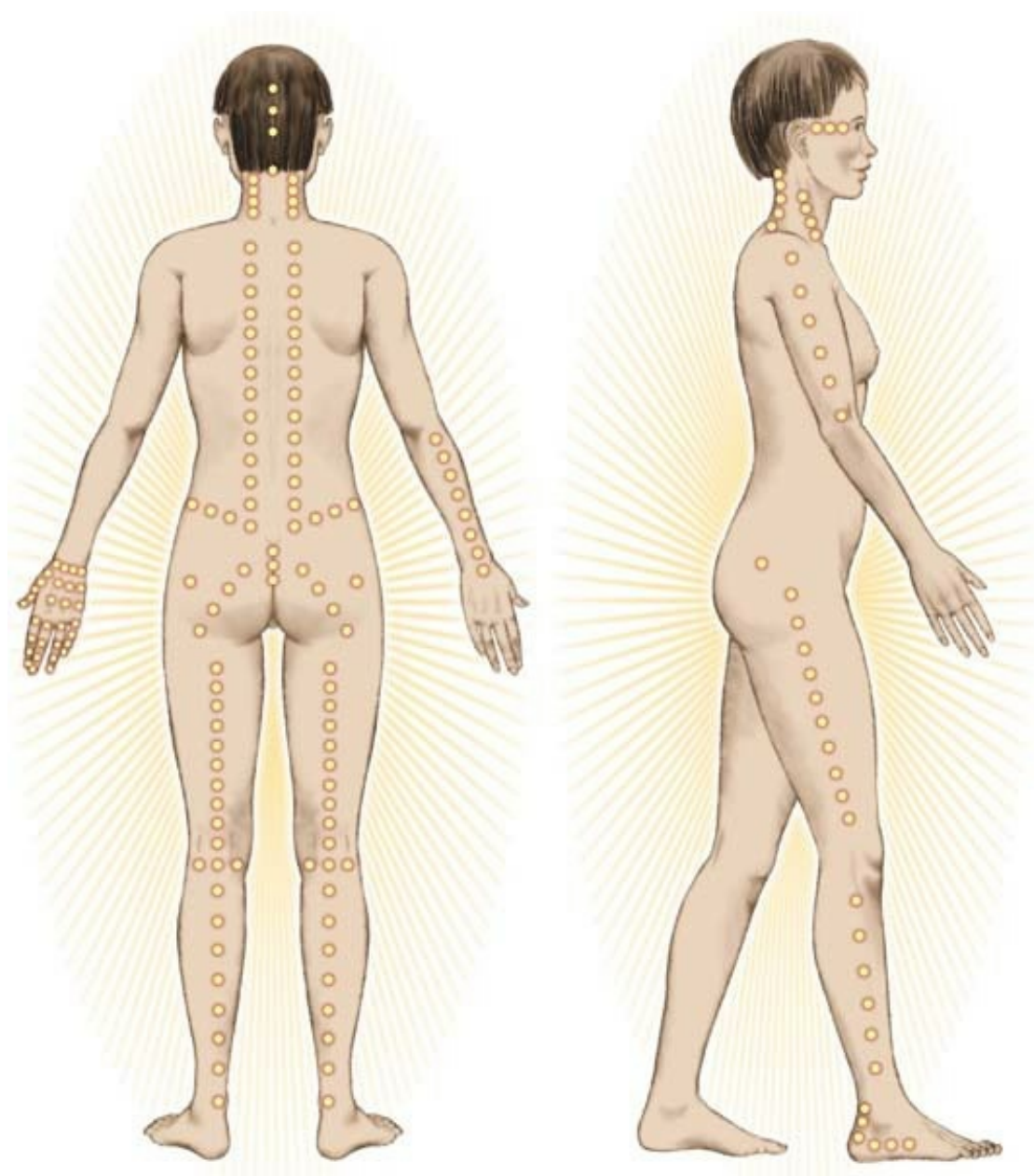


FIGURE 6.11
LES POINTS SHIATSU PRINCIPAUX
Les points shiatsu induisent des changements dans le corps et ne portent pas de nom.

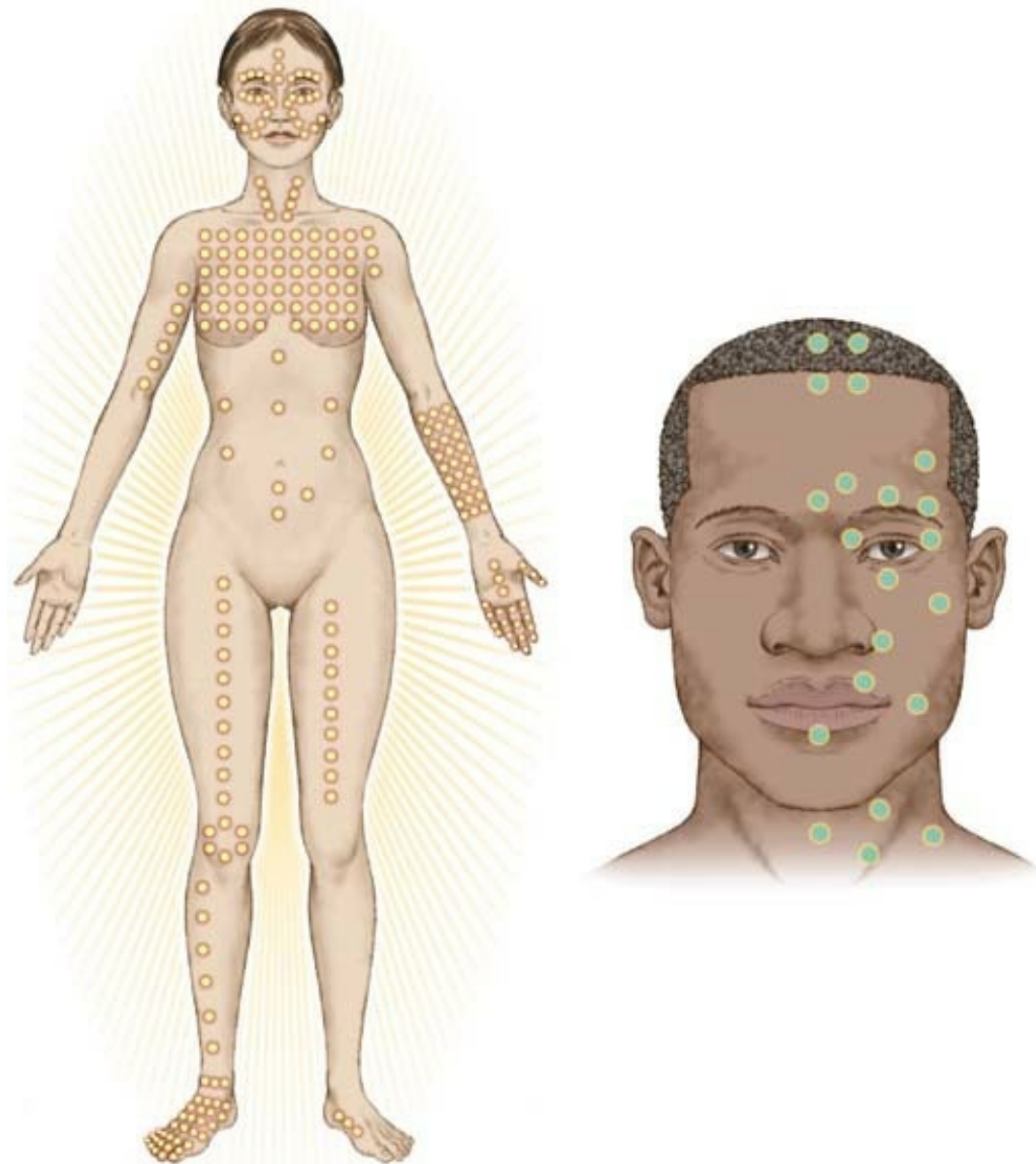


FIGURE 6.12

LES POINTS SHIATSU KEIKETSU

Ces points renvoient à des problèmes ou des déséquilibres particuliers et sont liés aux points méridiens de la médecine traditionnelle chinoise. Voici un aperçu du système des points shiatsu keiketsu (tête et nuque antérieures), livré comme exemple pour l'ensemble du système.

Parce qu'il fonctionne de manière systématique, un traitement offre les avantages suivants :

- il revigore la peau ;
- il étire les muscles ;
- il améliore la circulation des fluides corporels ;
- il entraîne (ou coordonne) le système nerveux avec d'autres systèmes corporels ;
- il régule le fonctionnement des glandes endocrines ;
- il équilibre le système squelettique ;
- il calme le système digestif⁴¹³.

Pourquoi le shiatsu insiste-t-il sur le pouce, qui « déchiffre » le corps pour poser un diagnostic et

aussi favoriser la guérison ? Le pouce est rempli de corpuscules de Meissner (photorécepteurs sensoriels), de corpuscules de Pacini (récepteurs sensibles à la pression), de bulbes terminaux de Krause et de terminaisons de Ruffini (récepteurs sensibles au toucher), ainsi que de thermorécepteurs qui détectent la chaleur et le froid. C'est un organe extrêmement sensible et un point terminal pour certains méridiens (ainsi que des récepteurs cérébraux)⁴¹⁴. Les mains elles-mêmes sont des outils thérapeutiques et de diagnostic efficaces parce que les paumes contiennent une grande concentration d'ions négatifs, qui s'associent aux ions positifs du sang. L'élément du sang le plus chargé positivement est le calcium. Les ions négatifs des mains du praticien augmentent le niveau de calcium dans le sang, en réduisant les composés qui mènent à la maladie⁴¹⁵.

On considère également le shiatsu comme un moyen efficace de soulager la douleur, comme l'explique la « théorie du contrôle des portes », que l'on peut illustrer de la manière suivante :

1. Une zone est touchée.
2. Des messages sur cette lésion sont transférés par de « fines fibres » vers un « centre de la douleur » dans le système nerveux central. Ce centre de la douleur se situe au niveau du rachis dorsal, qui est alimenté par de fines et épaisses fibres nerveuses. Ce centre sert de « porte d'entrée » vers le cerveau.
3. Les fibres fines ouvrent cette porte, et apprennent au cerveau qu'il y a lésion. Lorsque celui-ci « entend » qu'il existe une lésion, il génère de la douleur.
4. Les fibres épaisses ferment la porte, pour que le cerveau n'« entende » pas parler de la lésion – ou réagisse par des signaux qui provoquent la douleur.
5. Le shiatsu, lorsqu'il est réalisé avec précision, stimule les fibres épaisses, en bloquant ainsi l'accès et soulageant la douleur.

Le shiatsu atténue également la douleur par son effet sur les glandes endocrines, en stimulant les endorphines.

LE MASSAGE THAÏLANDAIS⁴¹⁶

Le massage thaïlandais est une ancienne technique basée sur les lignes d'énergie et les chakras. Ses canaux diffèrent quelque peu, du point de vue de leur emplacement, de ceux employés par les thérapeutes chinois et shiatsu, bien que l'on considère qu'ils agissent plus ou moins tous énergétiquement et physiquement de la même manière.

La plupart des spécialistes en massage thaïlandais affirment qu'il existe dix lignes principales, appelées *sen*, mais ils ne s'accordent pas sur la position de celles-ci. Il existe trois types de lignes principaux : la ligne primaire, ses prolongements et ses ramifications. On les compare aux nadis hindous et aux méridiens de la façon suivante :

Sen Sumana : semblable au nadi Sushumna hindou et une combinaison des canaux Ren Mai et Du Mai de la tradition chinoise.

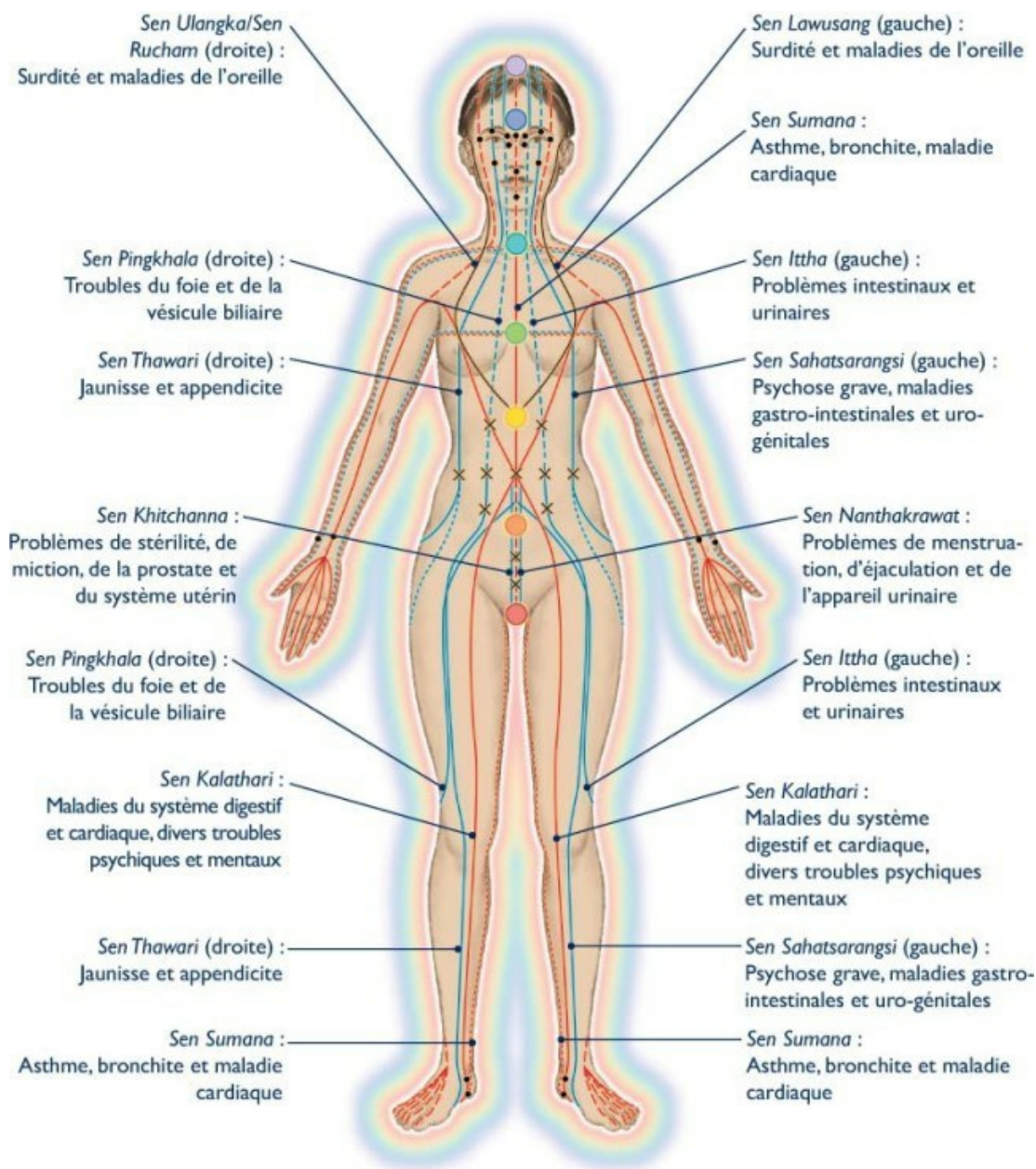


FIGURE 6.13

LE SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE THAÏLANDAIS

Voici les dix principales lignes sen utilisées dans le massage thaïlandais, d'après les systèmes développés par les auteurs de L'Art du massage thaï traditionnel. Cette illustration nous montre les lignes primaires et les chakras, et définit brièvement quelques-unes des affections correspondant à chaque ligne sen.

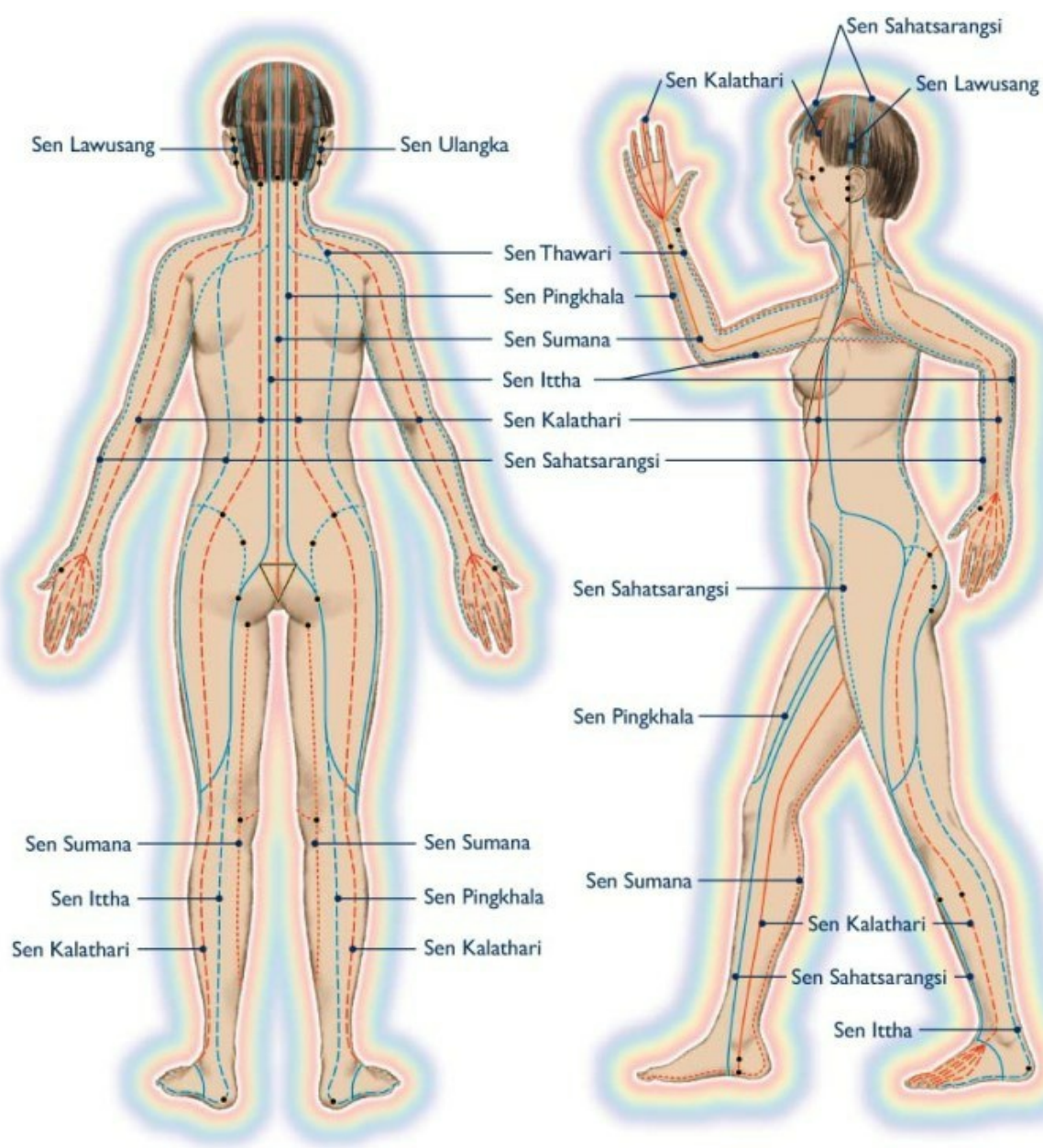


FIGURE 6.13
LE SYSTÈME ÉNERGÉTIQUE THAÏLANDAIS

Sen Ittha et Sen Pingkhala : liées aux nadis hindous Ida et Pingala et au méridien de la Vessie du système chinois.

Sen Sahatsarangi et Sen Thawari : leur combinaison forme le méridien chinois de l'Estomac.

Les sen sont comparables à des fleuves d'énergie et les chakras à des tourbillons se dessinant dans ces fleuves. Les sept chakras principaux se positionnent le long de la ligne centrale, ou Sen Sumana, et les chakras secondaires sont disséminés autour du corps.

Le massage thaïlandais utilise des points de pression, qui ne sont pas officiellement définis, mais renvoient plutôt aux régions qu'ils influencent et aux troubles qu'ils visent.

L'ÉNERGÉTIQUE DENTAIRE

De nombreux dentistes et praticiens buccodentaires enrichissent leurs pratiques en y adjoignant la théorie des méridiens. La *figure 6.13* illustre la relation entre les dents et les diverses lignes de

méridiens⁴¹⁷. L'énergétique dentaire relève le plus souvent d'un nouveau type de médecine que l'on appelle la *médecine biologique*. Celle-ci nourrit une vision holistique du corps humain. Au lieu de le réduire à des systèmes séparés, elle évalue la fonction de chacun d'eux. Les évaluations peuvent englober l'analyse du sang, de l'urine et de la salive ; des examens dentaires et cutanés ; des tests de la vue et de l'audition ; des tests cardiovasculaires ; une évaluation kinesthésique et bien davantage. Pour un biodentiste, la bouche et les dents sont étroitement liées aux autres parties du corps par le système des méridiens. Les médecins et dentistes classiques, quant à eux, distinguent généralement la dentisterie du reste du système médical.

Via le système des méridiens, chaque dent est reliée à un organe ou à un système corporel. Une dent cariée peut dès lors contribuer à un trouble organique. À l'inverse, une affection dans une autre partie du corps peut créer des problèmes aux dents. La plupart des biodentistes recommandent le retrait des amalgames au mercure, vu les effets négatifs du mercure sur le corps. Le mercure est un poison qui peut entraîner une fatigue chronique, la dépression, des douleurs articulaires et d'autres maladies. Les canaux radiculaires sont aussi suspectés, parce qu'ils peuvent dissimuler une infection mineure qui affaiblit les organes méridiens correspondants. Des nombreuses patientes souffrant d'un cancer du sein, traitées par le Dr Thomas Rau, biopraticien à la Clinique Paracelsus en Suisse, presque toutes avaient dû être soignées pour un problème au canal radiculaire d'une molaire ou d'une prémolaire. Ces dents se trouvent sur le même méridien que les seins. Nous ne pensons pas que le cancer soit né dans les dents, mais plutôt que les microbes cancérogènes migrent des seins pour se cacher dans les dents et infecter continuellement la femme⁴¹⁸.

Les biopraticiens peuvent prendre part à un programme de santé global du patient ou prescrire de manière indépendante des compléments oraux, un traitement homéopathique et autres soins, basés sur l'évaluation des méridiens.

LES MUDRAS : SYMBOLES ÉNERGÉTIQUES

Les cultures du monde entier ont conféré un sens au mouvement. Les *mudras* sont l'un des mouvements premiers utilisés dans la spiritualité hindoue pour déplacer de l'énergie.

Un mudra est un geste ésotérique de la main qui active des énergies ou pouvoirs particuliers. Dérivées du mot sanscrit signifiant « sceau », ces positions symboliques occupent une place essentielle dans la prière et la danse rituelles ainsi que dans le yoga de maints pays et cultures. Elles ont été imprégnées de plusieurs sens différents selon la culture ou la pratique.

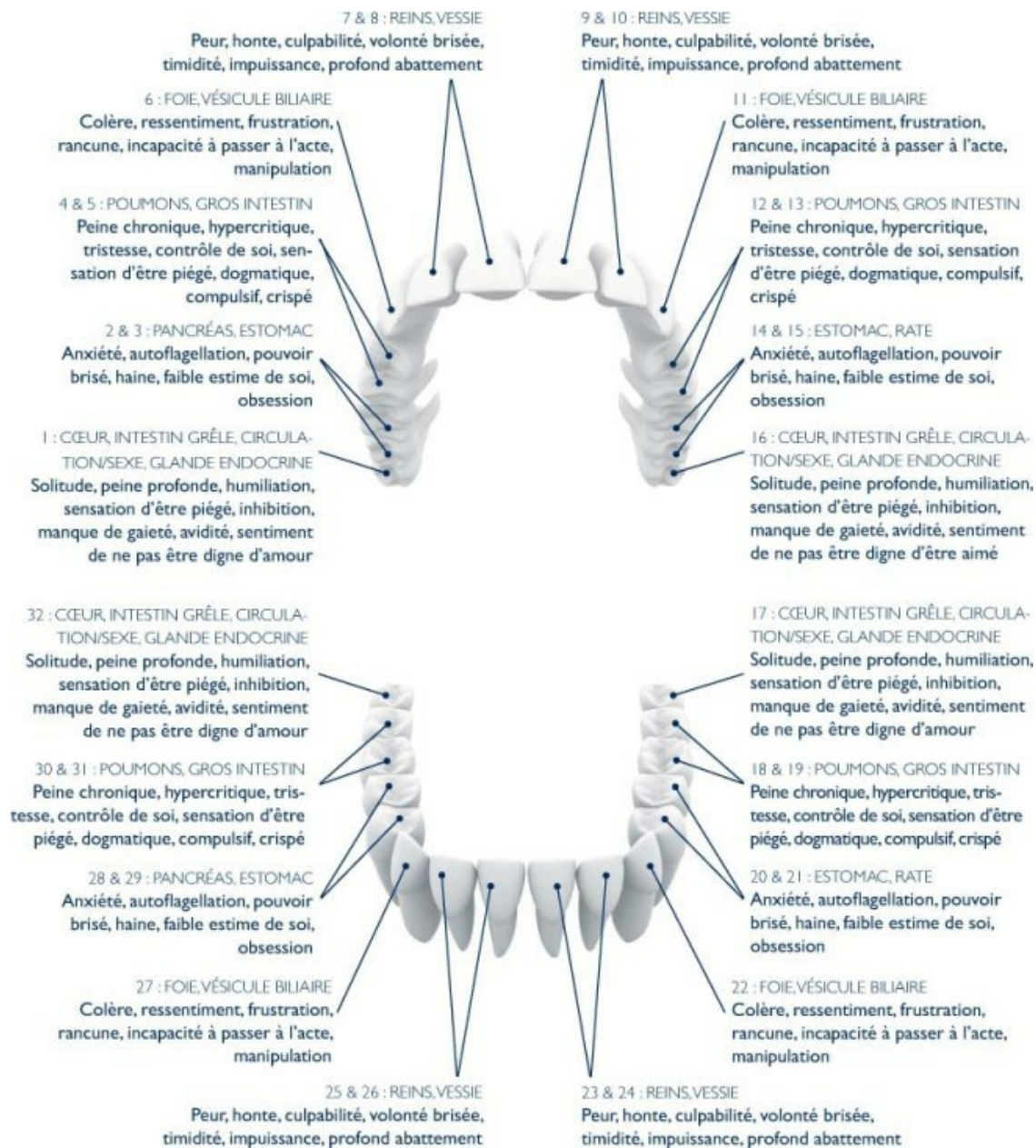


FIGURE 6.14
L'ÉNERGÉTIQUE DENTAIRE

Pour certains praticiens, les mudras sont des formules magiques, invoquant des pouvoirs tels que le courage, l'enseignement, la protection et la guérison. Pour d'autres, ils fournissent un lien avec une déité particulière ou le divin en général. D'autres encore utilisent les mudras pour activer des facultés psychiques particulières, ou les canaux du qi ou du prana entre le corps et le mental.

Les mudras impliquent toujours des mouvements de la main et des doigts bien précis, bien que certaines expressions fassent intervenir aussi les coudes et les épaules. Chaque motif représente une énergie différente et est souvent utilisé de concert avec un mantra (chant), des asanas (postures), un rituel ou une visualisation.

LES GESTES DES MUDRAS

Il existe plus de 500 mudras et significations différents, toutes cultures confondues. Ils se basent cependant tous sur quatre positions des mains fondamentales : la paume ouverte, la paume creusée, le poing fermé et les bouts des doigts qui se touchent.

LES MUDRAS BOUDDHISTES

Dans le système bouddhiste, la plupart des positions invoquent une certaine force ou encouragent un attribut spirituel. La *figure 6.15* illustre dix importants mudras bouddhistes⁴¹⁹.

UN SYSTÈME DE MUDRAS TIBÉTAIN : LES CINQ DOIGTS

Pour certaines sectes tibétaines, chacun des cinq doigts représente l'un des cinq éléments principaux, la main constituant elle-même la synthèse des cinq. Chaque mudra présente une combinaison unique d'éléments qui définit les conditions nécessaires à la présence d'une certaine déité.

LES MUDRAS ET LA THÉORIE DU SPIN

La physique pourrait nous fournir une explication sur – ou un accès vers – l'efficacité du mudra. La théorie du spin renvoie à la rotation d'une particule ou d'un corps autour d'un axe. Dans la physique quantique, l'on appréhende ce spin en rapport avec le moment angulaire et les particules ondulatoires, non pas simplement avec la rotation et les particules. Le spin décrit par les plus infimes particules – subatomiques – peut être représenté par des formes géométriques ou des droites tracées d'un point à un autre. L'on pourrait même imaginer que certains de ces points – les espaces traversés par des mouvements ascendants, descendants, latéraux et autres – sont liés à des champs d'énergie subtile et même à d'autres dimensions. Est-il possible qu'un praticien profondément concentré, un maître des mudras, puisse en réalité générer des liens entre différents champs énergétiques, mondes et plans d'existence ? Si c'est le cas, il peut employer les mudras comme un physicien pourrait tracer des lignes entre divers univers. Chaque mudra décrit une forme différente et accède donc à des énergies servant une cause différente. Que pourrions-nous tisser dans – ou hors de – l'existence par cette utilisation consciente du spin ?

FIGURE 6.15

LES MUDRAS BOUDDHISTES



Mudra Dhyanī
(geste de la méditation)



Mudra Vitarka
(geste de l'enseignement)



Mudra Dharmachakra
(geste de la mise en marche de la roue de la loi du dharma)



Mudra Bhumisparsa
(geste de la prise de la terre à témoin)



Mudra Abhaya
(geste de l'absence de crainte et de l'octroi de la protection)



Mudra Uttarabodhi
(geste de l'illumination suprême)



Mudra Varada
(geste de la réalisation des vœux)



Mudra de la Sagesse suprême



Mudra Anjali
(geste de la salutation et de la vénération)



Mudra Vajrapradama
(geste de la confiance inébranlable)

LA NUMÉROLOGIE : QUALITÉS DE L'HARMONIE

Le plus érudit des anciens pensait que les nombres constituaient le principe fondamental de l'Univers et livraient la seule véritable explication aux mystères de la réalité. Aujourd'hui, de nombreux scientifiques exploitent les mathématiques, la fréquence, la géométrie et autres approches basées sur les nombres pour expliquer la guérison, créer de nouvelles méthodes thérapeutiques et résoudre les énigmes de la médecine.

Ce concept participe d'un savoir ésotérique et mystique que l'on appelle la *numérologie*, l'étude des nombres et ses applications pratiques. Les cultures, à travers les âges et les régions du monde, ont réduit la réalité à des équations numériques. Aujourd'hui encore, les praticiens obtiennent des formules numériques d'après des dates de naissance, des caractéristiques astrologiques, les lettres d'un nom, et d'autres idées pour expliquer la personnalité, les leçons de vie, la mission de l'âme, les problèmes de santé et leurs solutions, le potentiel relationnel et affectif, ainsi que pour prédire des événements futurs.

LES CINQ FAMILLES DE BOUDDHA

Les « Cinq familles de Bouddha » constituent une voie bouddhiste de travail sur le mental que l'on peut adapter à des fins curatives⁴²⁰. Cette ancienne compréhension bouddhiste des énergies universelles fut traduite en termes psychologiques modernes par Chögyam Trungpa Rinpoché dans les années 1970. Elle renvoie à cinq méthodes de catégorisation de la personnalité et de la nature spirituelle. Chacune des cinq familles peut s'expliquer par plusieurs aspects qui peuvent jouer un rôle positif ou négatif. Connaître son tempérament personnel équivaut à comprendre un type d'illumination ou de névrose. Cette connaissance offre aussi des moyens particulièrement utiles pour méditer, nouer des liens sociaux, évoluer psychologiquement et déterminer les soins de santé qui conviennent.

La clé pour évaluer les autres et s'évaluer soi-même est d'adopter une attitude de Maitri, ou de bonté inconditionnelle. Elle permet des estimations de comportement, d'intellect et de tempérament productives.

Les cinq familles sont souvent représentées par le mandala des tathagatas ou bouddhas. Chacun d'eux reflète un aspect différent de l'illumination, mais aussi une névrose, un bouddha, une position sur le mandala, un élément, une saison et une couleur, comme le montre le tableau ci-après.

FIGURE 6.16
LES CINQ FAMILLES DE BOUDDHAS

Famille	Attribut	Névrose	Bouddha	Situation	Élément	Saison	Couleur
Vajra	Sagesse éclairante ; lucidité	Violence	Akshobya	Est	Eau	Hiver	Bleu
Ratna	Équanimité ; richesse	Orgueil	Ratnasambhava	Sud	Terre	Automne	Jaune
Padma	Conscience lucide ; passion	Passion dévorante	Amithaba	Ouest	Feu	Printemps	Rouge
Karma	Accomplissement ; activité	Jalousie	Amogasiddhi	Nord	Vent	Été	Vert
Bouddha	Espace qui englobe tout ; vastitude	Ignorance de l'existence cyclique	Vairochana	Centre	Espace	Aucune attribution	Blanc

Les nombres constituent la base de l’ancienne pensée sumérienne, ainsi que de méthodes thérapeutiques employées par des sociétés secrètes hindoues, védiques, égyptiennes, tibétaines, mayas, sibériennes, chinoises, juives, kabbalistes, chrétiennes et des cercles interculturels. Certains Kabbalistes, par exemple, analysèrent les livres apocryphes d’Ezéchiel, d’Hénoch et le quatrième d’Esdras pour s’interroger sur le sens caché des nombres et des lettres⁴²¹. Dans les Écritures hindoues, les nombres sont souvent associés à des corps astrologiques et à leurs traits supposés. L’ayurvéda, le système médical indien, s’appuie souvent sur le chiffre d’une personne, généralement déterminé par sa date de naissance et une formule dérivée de son nom, pour diagnostiquer une maladie et offrir des solutions, pouvant consister en un jeûne ou en l’ingestion ou l’application locale de traitements vibratoires, comme des pierres précieuses réduites en poudre, utilisées pour la guérison électrochimique. Les jours de jeûne sont souvent établis selon la numérologie, comme le choix des gemmes⁴²².



FIGURE 6.17
LES CINQ DOIGTS ET LES ÉLÉMENTS TIBÉTAINS

Pythagore est considéré comme le père historique de la numérologie dans le monde occidental, bien qu'il fût initié aux mystères d'autres traditions anciennes (voir le chapitre 26, « La géométrie sacrée : les champs de vie »). Il pensait que l'Univers était ordonné et en évolution permanente, sujet à des cycles progressifs mesurés avec les chiffres de 1 à 9. Pythagore distinguait les *valeurs* des symboles et les *nombres en eux-mêmes*. Le zéro n'était pas considéré comme un chiffre et ne possédait dès lors aucune valeur numérologique, et ne fut même introduit dans le continent américain qu'il y a une centaine d'années. En Orient, par contre, le zéro, parfois appelé Sunya (*shûnya*) ou le vide, est connu depuis la nuit des temps. En tant que tel, il représente la pierre angulaire du bouddhisme.

Cet exposé sur les significations des nombres est tiré des philosophies égyptienne, chaldéenne et pythagoricienne⁴²³.

LES SYMBOLES NUMÉRIQUES UTILES ET NÉFASTES

L'on peut percevoir psychiquement les nombres dans diverses parties du champ énergétique et des chakras. Lorsqu'on lui découvre intuitivement une apparence pleine ou normale, le champ ou chakra est probablement en bonne santé. Lorsque son aspect ou sa forme paraissent altérés, le corps énergétique pourrait présenter des problèmes. Un praticien rend dès lors intuitivement ou énergétiquement au chiffre déformé son apparence exacte pour favoriser la guérison.

FIGURE 6.18
LES SYMBOLES NUMÉRIQUES UTILES ET NÉFASTES

Chiffre/Nombre	Influences positives	Influences négatives
1	Le commencement. Représente la forme supérieure, le Créateur.	Empêche la conclusion d’une situation.
2	Couple et dualité. Reflète l’idée que tout dans l’Univers est fait de dualités semblables.	Encourage des relations malsaines, maintient les victimes dans leur sentiment d’impuissance.
3	Le chiffre de la création, qui réside entre et émane d’un commencement et d’une fin.	Provoque le chaos.
4	Fondements et stabilité. Le chiffre de l’équilibre total.	Emprisonne ou entraîne la folie.
5	Direction établie. Espace pour prendre des décisions. Représente l’être humain et la capacité à se diriger dans toutes les directions à l’envi.	Engendre la tromperie ou l’illusion.
6	Choix. La présence de la lumière et de l’ombre, du bien et du mal, et les dons d’amour, offerts en toute liberté.	Provoque la confusion et le désordre, en convaincant la victime de prendre le parti du mal ; le chiffre du mensonge.
7	Principes spirituels. Le divin. Le chiffre de l’amour et de l’action qui génère la grâce. Chiffre clé de la troisième dimension.	Sème le doute sur l’existence réelle du Créateur.
8	Infini. Schémas récurrents et karma. Récupération des schémas. Connaissance.	Freine l’évolution et reproduit les schémas négatifs.
9	Changement. Élimination de ce qui fut. Fin des cycles du 8. Le plus élevé des chiffres, il peut dissoudre le mal.	Inculque de la terreur et de la peur à propos du changement ; bloque les victimes dans leurs schémas.
10	Vie nouvelle. Lâcher-prise sur l’ancien et acceptation du nouveau. Le nombre de la matière physique. Peut aider à créer le paradis sur Terre.	Empêche les nouveaux commencements.
11	Acceptation de ce qui fut et de ce qui sera. Abandon de la mythologie personnelle. Ouverture aux pouvoirs divins.	Anéantit l’estime de soi et cherche à convaincre les victimes de sacrifier leur aspect humain.
12	Contrôle sur les drames humains. Mystère de l’homme en tant qu’être divin.	Rejette le pardon et jette une ombre sur la bienveillance.

Certains systèmes thérapeutiques ont associé diverses maladies ou problèmes aux nombres qui peuvent leur imposer la guérison. Un procédé appelé *Thérapie énergétique et Bien-être par les Nombres*, par exemple, prescrit des chiffres bien spécifiques pour régler différents problèmes. L’on crée une affirmation en utilisant le chiffre thérapeutique et l’on visualise un symbole particulier pour encourager la guérison⁴²⁴. Le tableau suivant met en lumière les influences positives des nombres 1 à 12, ainsi que les impacts négatifs lorsque ces nombres apparaissent « altérés » dans un champ ou un chakra – une brisure ou une déformation qui indiquent la présence d’un problème.

LA THÉRAPIE PAR LA POLARITÉ⁴²⁵

La thérapie par la polarité est un procédé thérapeutique basé sur le toucher qui équilibre le flux de l'énergie dans le corps humain. Fondée sur l'hypothèse que les champs énergétiques et les courants existent dans le moi et la nature, elle présente des principes et des outils pour dissoudre les blocages énergétiques. Les thérapeutes en polarité pensent que les blocages se manifestent d'abord dans les royaumes subtils et ensuite dans la réalité physique. Dissoudre ces blocages ramène une personne à son état naturel. Cette thérapeutique s'entreprind en travaillant sur le champ énergétique humain et les schémas électromagnétiques mentaux, émotionnels et physiques.

La thérapie par la polarité met en évidence trois types de champs énergétiques dans le corps humain :

- de longs courants linéaires, qui se déplacent du nord au sud ;
- des courants transversaux, qui voyagent d'est en ouest ;
- des courants à spirale, qui émanent du nombril et se propagent vers l'extérieur.

À l'instar de la tradition ayurvédique, ce système travaille également avec cinq chakras et trois principes de guérison fondamentaux. Il exploite aussi les modèles traditionnels chinois de l'expansion/contraction ou du ying/yang.

LE QI GONG : GYMNASTIQUE DES MÉRIDIENS

Le Qi Gong, également écrit Chi Kung, Chi Gung ou Quigong, accède aux énergies subtiles de votre corps en vue d'un bien-être physique, émotionnel et mental. *Qi* signifie « énergie vitale » et *gong* « bienfaits tirés d'efforts soutenus ». Ces deux termes s'appliquent parfaitement à la pratique et à l'art du Qi Gong, qui génère des changements par le biais d'une série d'exercices qui déplacent le qi dans le corps. Bien qu'il soit de nature physique, il se centre souvent sur le mental : la gymnastique vous aide à tourner votre esprit vers les blocages et la stagnation du corps.

Il a été démontré que le Qi Gong améliore l'activité du système nerveux et diminue le niveau des hormones du stress. Une étude suédoise a révélé que le Qi Gong a aidé des femmes dans la quarantaine, qui effectuaient un travail très éprouvant sur ordinateur, à ralentir leur rythme cardiaque et leur pression sanguine durant la journée. Une étude menée à l'université polytechnique de Hong Kong a révélé que le Qi Gong pouvait se montrer plus efficace pour soulager la dépression que les médicaments. Les participants ont remarqué une baisse de 70 % de leurs symptômes dépressifs après deux mois de pratique. L'on a également observé qu'il stimulait l'immunité, améliorait le sommeil et soulageait les maux de tête⁴²⁶.

Une autre étude fascinante a été mentionnée dans l'*American Journal of Chinese Medicine* en 1991. En utilisant des détecteurs infrarouges, des chercheurs ont mesuré la puissance de sortie des paumes de praticiens Qi Gong confirmés. Ils sont arrivés à la conclusion qu'au moins une partie de l'énergie émise, ou qi, se situait dans la bande infrarouge du spectre électromagnétique. Ils ont aussi décelé des changements mesurables et positifs sur des fibroblastes humains (cellules du tissu conjonctif) en réaction à cette énergie. L'énergie émise encourageait la synthèse de l'ADN et des protéines ainsi que la croissance cellulaire dans l'ensemble des cellules humaines⁴²⁷. Cette énergie a été mesurée de façon plus précise dans une étude menée par le Dr Akira Seto, qui a découvert un champ magnétique extrêmement large (un millième de gauss) émanant des paumes de trois individus émettant du qi ; mille fois plus puissant que le champ biomagnétique humain rayonnant de façon naturelle (un millionième de gauss). Le qi émis a provoqué des changements significatifs au niveau

des infrasons, de l'électromagnétisme, de l'électricité statique, du rayonnement infrarouge, des rayons gamma, des flux d'ondes et de particules, des flux d'ions organiques et de la lumière⁴²⁸.

Le Qi Gong est né il y a plus ou moins quatre mille ans en Chine. Il y est actuellement un phénomène national : au moins soixante millions de personnes, en Chine seulement, pratiquent cet art⁴²⁹. Et il l'est à présent dans le monde entier. Il exploite les méridiens, les chakras et les champs auriques. Il s'appuie également sur de nombreux éléments de la médecine traditionnelle chinoise. Certaines pratiques de Qi Gong suivent, par exemple, le cycle du qi dans leurs prescriptions de certains exercices. Il partage certaines ressemblances avec le Taiji et le yoga, si ce n'est que le Taiji entreprend en priorité d'identifier le qi dans le corps et que le yoga se concentre sur le maintien de postures. Le Qi Gong, au contraire, consiste à générer et diriger mentalement le qi par une gymnastique qui imite souvent les mouvements naturels des animaux, comme la grue, le cerf ou le singe. Ces exercices s'accompagnent de techniques de respiration.

Il existe deux principaux types de Qi Gong :

Wai Dan (également appelé Wei Dan) : Le Wai Dan est considéré comme yang ou masculin parce qu'il comporte des exercices physiques qui génèrent un qi yang. Les débutants commencent souvent par le Dai Wan parce qu'il stimule rapidement le flux du qi. Il existe deux sortes de pratiques Dai Wan :

- le Wai Dan immobile (également appelé Zhan Zhuang) vise à améliorer la santé physique. Il consiste à se figer dans des positions particulières tout en relâchant les muscles ;
- le Wai Dan en mouvements permet d'étirer et de détendre différents groupes musculaires tout en changeant de position.

Nei Dan : le Nei Dan est plus yin parce qu'il utilise des exercices mentaux pour générer un qi yin. Les participants combinent souvent la concentration et l'activité mentales, la visualisation et des techniques de respiration pour véhiculer le qi vers les canaux et organes corporels.

Il existe plusieurs styles de Qi Gong. Certains emploient des pratiques taoïstes ou bouddhistes pour induire des effets spirituels, tandis que d'autres sont de nature absolument physique. De manière générale, voici les principaux styles :

Le Qi Gong mental : vise à contrôler et diriger le mental pour réduire le stress. Vu que l'on estime que 80 % des maladies sont liées au stress, le contrôle du mental peut certainement faire une différence au niveau de la santé physique d'une personne⁴³⁰. Le Qi Gong mental entreprend de réguler le mental et les émotions et aide également les praticiens à acquérir un meilleur contrôle de leur mental et de leurs sentiments.

Le Qi Gong médical : utilisé pour la guérison et l'autoguérison, le Qi Gong médical a été employé avec succès pour soigner l'arthrite, l'asthme, l'anxiété, la cervicalgie, la dépression postnatale, le stress, les troubles du côlon et autres maladies⁴³¹.

Le Qi Gong martial : l'objectif clé est d'apprendre comment lutter et se défendre.

Le Qi Gong spirituel : vise à contrôler les émotions et à accroître la spiritualité. Il s'agit là d'une méthode privilégiée depuis des siècles par les moines taoïstes chinois ; ils l'utilisent également pour développer leurs facultés psychiques.

LA RADIONIQUE : LA GUÉRISON PAR LES CHAMPS

La radionique est une méthode d'aide au diagnostic qui réagit au champ énergétique extérieur au corps. En tant que pratique thérapeutique, elle repose solidement sur la croyance que tout organisme vivant possède son propre champ électromagnétique et baigne également dans le champ terrestre. En outre, chaque organe, maladie et remède oscille sur des vibrations qui lui sont propres et que l'on peut évaluer comme des valeurs numériques. Ces valeurs sont exprimées en « taux » ou en motifs géométriques. En reconnaissant ces valeurs, souvent de manière intuitive, un praticien peut identifier un problème et élaborer un remède, qui peut être transmis sur de longues distances sous la forme de vibrations.

Arthur Abrams développa la radionique au début du ^{XX}^e siècle. Il découvrit que le système nerveux humain réagissait dans certaines conditions au champ énergétique de quelque chose à l'extérieur du corps. En observant ces réactions dans le corps, il n'identifia pas seulement une maladie, mais utilisa sa technique pour délivrer un traitement⁴³².

La science émet à présent l'hypothèse que nous sommes tous liés à des dimensions de l'Univers supérieures. La plupart des scientifiques suggèrent l'existence de dix dimensions – le même nombre que ce dont parle la Kabbale. Le traitement radionique agit sur toutes les dimensions, en affirmant que le changement se produit d'abord entre les dimensions et ensuite dans le corps physique. Une personne ne peut guérir que si elle se porte bien dans toutes les dimensions, pas juste dans une seule⁴³³. Les praticiens en radionique utilisent des instruments comme un pendule ou une baguette en L pour amplifier les signaux du corps, en effectuant ainsi une sorte de radiesthésie. Nombre de ces dispositifs et procédés sont assez complexes et fournissent une grande quantité de détails sur un patient.

En général, un diagnostic radionique comportera l'évaluation du caractère spirituel, de la personnalité et du tempérament inné et génétique d'un patient, ainsi que ses influences environnementales et ses symptômes physiques.

LA RADIESTHÉSIE

La radiesthésie est le principe caché derrière l'art du sourcier : l'utilisation de pendules, de baguettes ou d'autres moyens pour détecter et évaluer les champs électromagnétiques dans le corps ou la terre. Cet art implique de percevoir les changements qui se produisent dans l'instrument de radiesthésie et dans son propre moi intuitif pour obtenir des informations, recevoir des réponses à des questions, diagnostiquer des affections en soi ou chez les autres, et découvrir ce qu'abrite la terre – pour rechercher de l'eau ou déterminer l'origine d'un stress géopathique. La radiesthésie est également employée pour évaluer l'étendue du champ d'un sujet.

L'utilisation de la radiesthésie nous ramène dans le temps ; on raconte que la reine Cléopâtre, par exemple, recourait à ce procédé pour obtenir des informations, et certains experts pensent que la radiesthésie remonte à sept mille ans.

La croyance fondamentale qui sous-tend la radiesthésie est que tout émet de l'énergie ou un rayonnement. Un pendule sert d'intermédiaire pour relier le praticien à une source d'énergie, comme la terre, ou à l'inconscient d'une autre personne. Le pendule ou la baguette capte l'information du

champ émis par les êtres ou les lieux et le radiesthésiste l'interprète alors ensuite.

Outre un pendule, les radiesthésistes emploient souvent des baguettes en Y de coudrier, hêtre, aulne ou cuivre. Un aspect intéressant de la préparation d'un outil de radiesthésie en vue de son utilisation est que le praticien le programme verbalement pour lui « enseigner » quelle direction indique un « oui » ou un « non ».

LA RÉFLEXOLOGIE ET L'ACUPUNCTURE : TRAVAILLER LE CORPS PAR SES PARTIES

La réflexologie est une méthode thérapeutique depuis longtemps reconnue, dont l'efficacité a été cliniquement prouvée. Elle consiste à utiliser des aiguilles d'acupuncture, l'acupression, la chromopuncture ou l'électropuncture, entre autres méthodes, sur des points et des régions spécifiques des pieds, des mains, du cuir chevelu ou des oreilles pour influencer les organes, les glandes et les systèmes du corps, ainsi que poser un diagnostic ou traiter les dents.

La réflexologie descend des anciennes cultures chinoise, japonaise, russe, indienne et égyptienne et se fonde sur l'idée que des zones d'énergie traversent le corps et sont plus facilement accessibles via les pieds, les mains et le cuir chevelu⁴³⁴. En 1917, le Dr William Fitzgerald, un médecin, divisa le corps en dix zones longitudinales parcourant le corps de la tête aux orteils. Elles constituèrent le fondement de la réflexologie zonale. Par ailleurs, il théorisa trois zones de croisement latitudinales.

Ce type de travail effectué via la peau puise l'une de ses racines dans les recherches du neurologue britannique Sir Henry Head, qui vécut au début du XX^e siècle. Il mit en lumière des zones cutanées (ou zones de Head) qui représentent des organes spécifiques. Une maladie organique peut forcer la région cutanée qui lui est associée à réagir en devenant plus sensible ou douloureuse. En travaillant sur la région cutanée, vous pouvez soulager le mal.

La peau est saturée de vaisseaux sanguins et de nerfs, reliés aux muscles, aux organes et à toutes les parties du corps. Si vous travaillez sur la région du corps qui convient, vous pouvez donc agir sur celles qui lui sont liées.

La réflexologie et l'acupuncture plantaires

Dans les années 1930, un physiothérapeute du nom d'Eunice Ingham conclut que les pieds constituaient les points d'accès les plus sensibles aux méridiens. Son système d'origine est le plus largement reconnu et n'est employé dans le monde qu'avec de légères variantes⁴³⁵.

La réflexologie et l'acupuncture palmaires

Nos mains sont des outils exceptionnels, nous conférant la faculté de saisir, de travailler et de manipuler des objets. Ce sont également des organes extrêmement sensibles parsemés de milliers de terminaisons capillaires et nerveuses qui nous permettent de palper et de toucher notre monde.

La réflexologie palmaire consiste à travailler avec les zones des mains et à analyser l'état principal des mains. Des mains bien soignées évoquent la capacité à prendre soin de soi. Des mains calleuses, rêches révèlent une personne travailleuse. Des ongles rongés crient « nervosité ». D'une certaine façon, un réflexologue palmaire est un « thérapeute des mains »⁴³⁶.

LA LUMINOTHÉRAPIE AURICULAIRE

Les Russes furent les premiers à tester l'exposition des points d'acupuncture de l'oreille à la lumière laser. Ils affirmèrent que les points situés sur les lobes des oreilles étaient en relation avec les organes corporels et découvrirent comment évaluer leurs processus métaboliques en mesurant la résistance électrique de ces points⁴³⁸. Ils analysèrent

principalement la réponse galvanique de la peau (GSR) ou sa résistance électrique. Un résultat en-dessous de la normale au niveau d'un point de l'oreille indiquerait la présence d'un problème au niveau du méridien auquel il est lié. Après plusieurs minutes de stimulation du point avec une diode électroluminescente (LED), les résultats de résistance cutanée afficheraient à nouveau des valeurs plus normales.

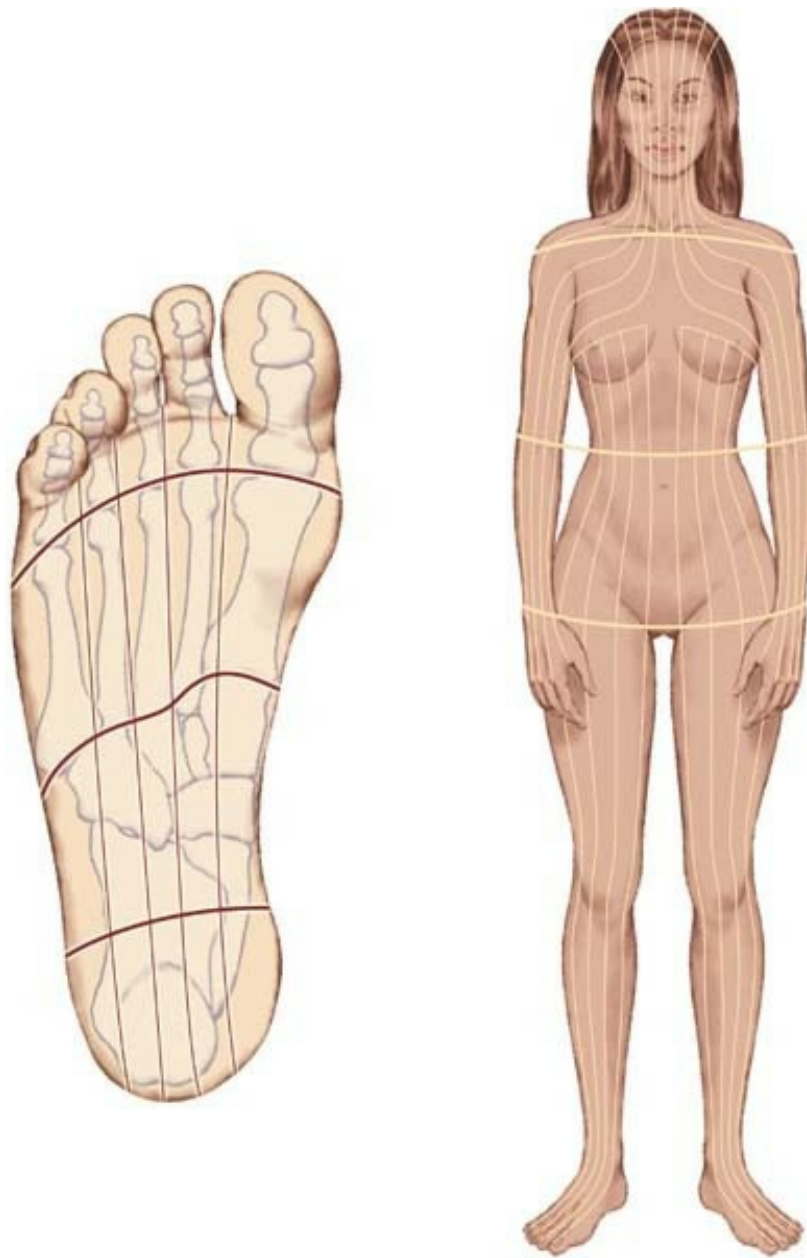


FIGURE 6.19

ZONES DE CROISEMENT LATITUDINALES

La réflexologie est une méthode thérapeutique basée sur l'idée que des zones d'énergie parcourent le corps. Voici une illustration des zones principales.

La réflexologie et l'acupuncture faciales

La réflexologie faciale s'est développée à partir de l'acupuncture du cuir chevelu et est considérée comme une méthode efficace pour soulager la douleur ainsi que pour traiter des troubles fonctionnels, en particulier ceux liés au stress ou concernant le système nerveux⁴³⁷. La réflexologie faciale peut comporter l'utilisation d'aiguilles et de massages.

Le Dr Toshikatsu Yamamoto, qui suivit une formation médicale au Japon, en Allemagne et aux États-Unis, développa la version contemporaine la plus connue de l'acupuncture du cuir chevelu, qui constitue la base du massage de la tête. Il découvrit de manière systématique les points énergétiques

du cuir chevelu et remarqua qu'ils formaient un micro-système – une sorte de corps indépendant. Yamamoto nomma ces zones faciales de manière alpha-bétique. La *figure 6.24* illustre ces différentes zones.

La réflexologie et l'acupuncture auriculaires

Le massage et l'acupuncture auriculaires sont des traitements fondamentaux délivrés par diverses pratiques orientales – et, aujourd'hui, occidentales. Le procédé fut mentionné dans l'ouvrage classique chinois du *Huangdi Neijing*, et utilisé par des disciples du médecin grec Hippocrate autour de 400 av. J.-C. Les Chinois décelèrent vingt points thérapeutiques sur l'auricule au cours de la dynastie Tang, entre 618 et 907 ap. J.-C. Nous devons notre système moderne au médecin français Paul Nogier qui, dans les années 1950, remarqua que des patients présentaient de petites traces de cautérisation sur des zones particulières de l'oreille, patients qui s'étaient rendus chez un guérisseur pour une douleur au dos, l'une des affections les plus couramment traitées par l'auriculothérapie. Nogier réalisa des expériences pour finalement dresser une cartographie réflexe de l'oreille, en comparant cette dernière à un fœtus tête en bas. Son système est celui qui est le plus répandu ces dernières années. On y recourt fréquemment pour traiter des douleurs chroniques, la dyslexie et une série d'addictions⁴³⁹.

LE REIKI : VÉHICULER L'ÉNERGIE VITALE UNIVERSELLE⁴⁴⁰

Le reiki est une pratique énergétique consistant à véhiculer et à diffuser l'énergie vitale universelle, une énergie stimulante que l'on trouve partout en nous et autour de nous.

Le terme *reiki* signifie littéralement « énergie vitale spirituellement dirigée ». Il existe de nombreux types et fondateurs de reiki.



Le symbole mental/émotionnel (Sei He Ki) intègre le cerveau et le corps et aide à se libérer des causes mentales et émotionnelles d'un problème.



Le symbole du pouvoir (Choku Rei) stimule l'énergie reiki et peut être utilisé comme protection.



Le symbole de la guérison à distance (Hon Sha Ze Sho Nen) transmet des énergies à distance.

FIGURE 6.20
LES TROIS PLUS IMPORTANTS SYMBOLES REIKI⁴⁴¹

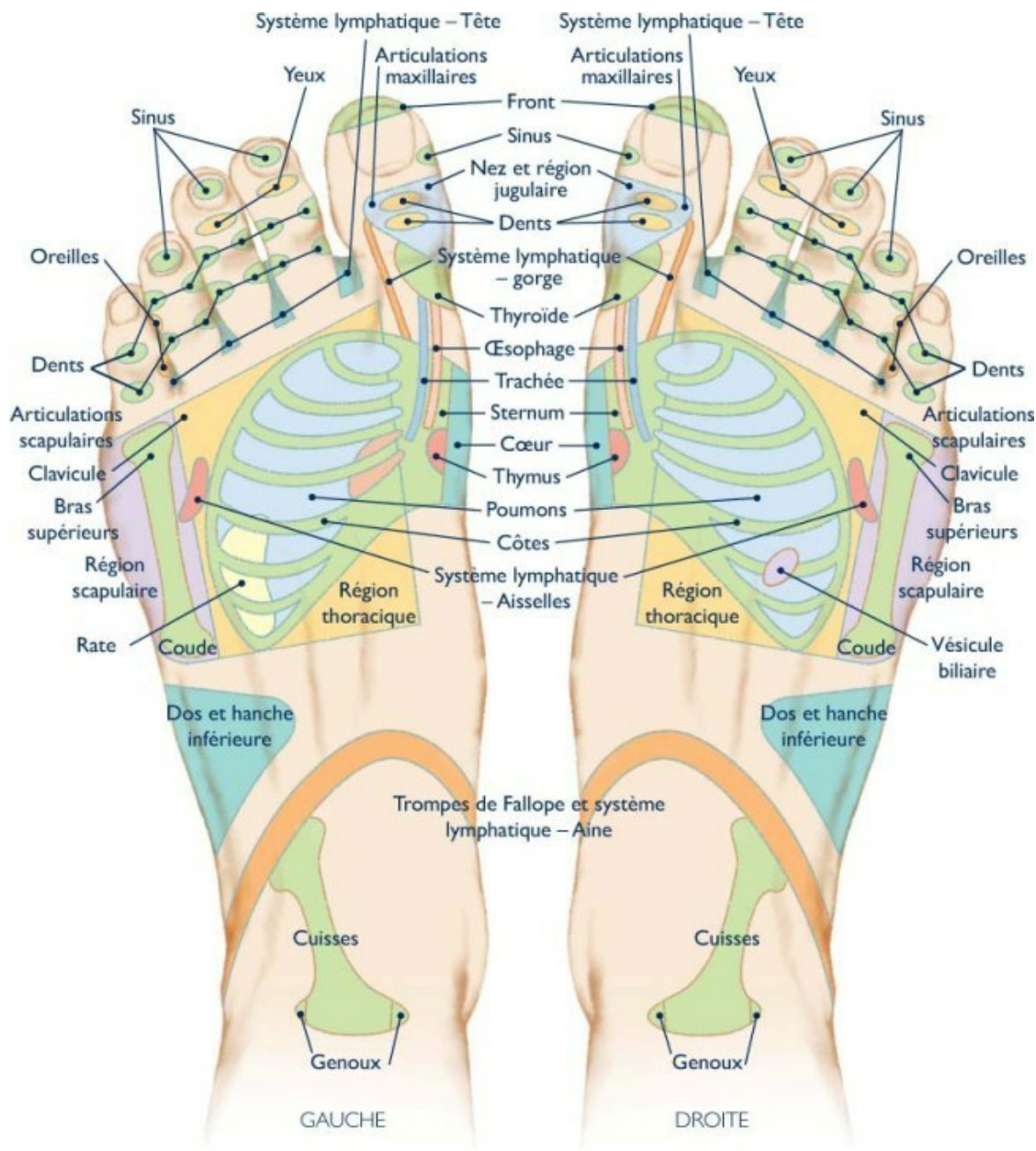
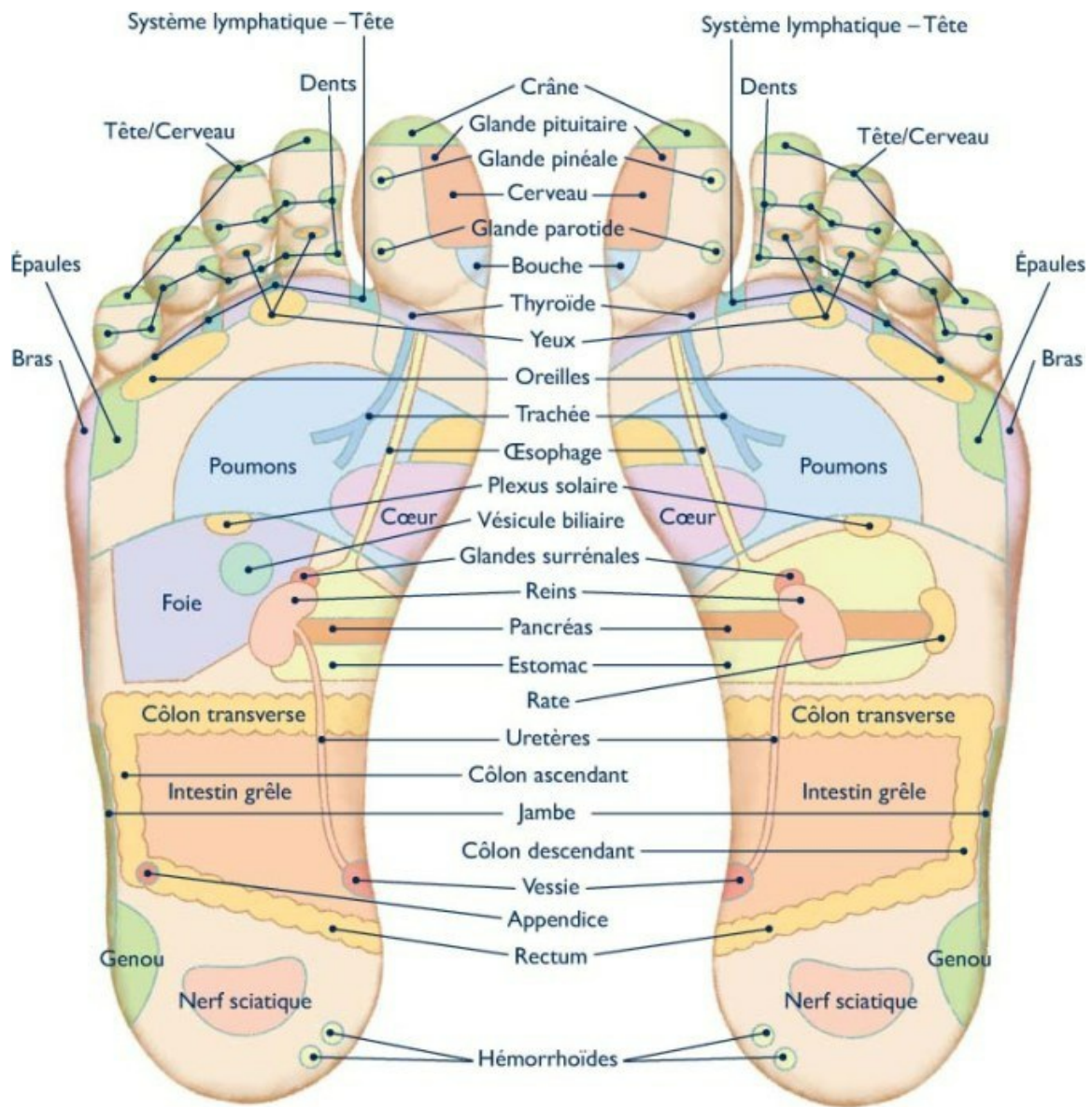


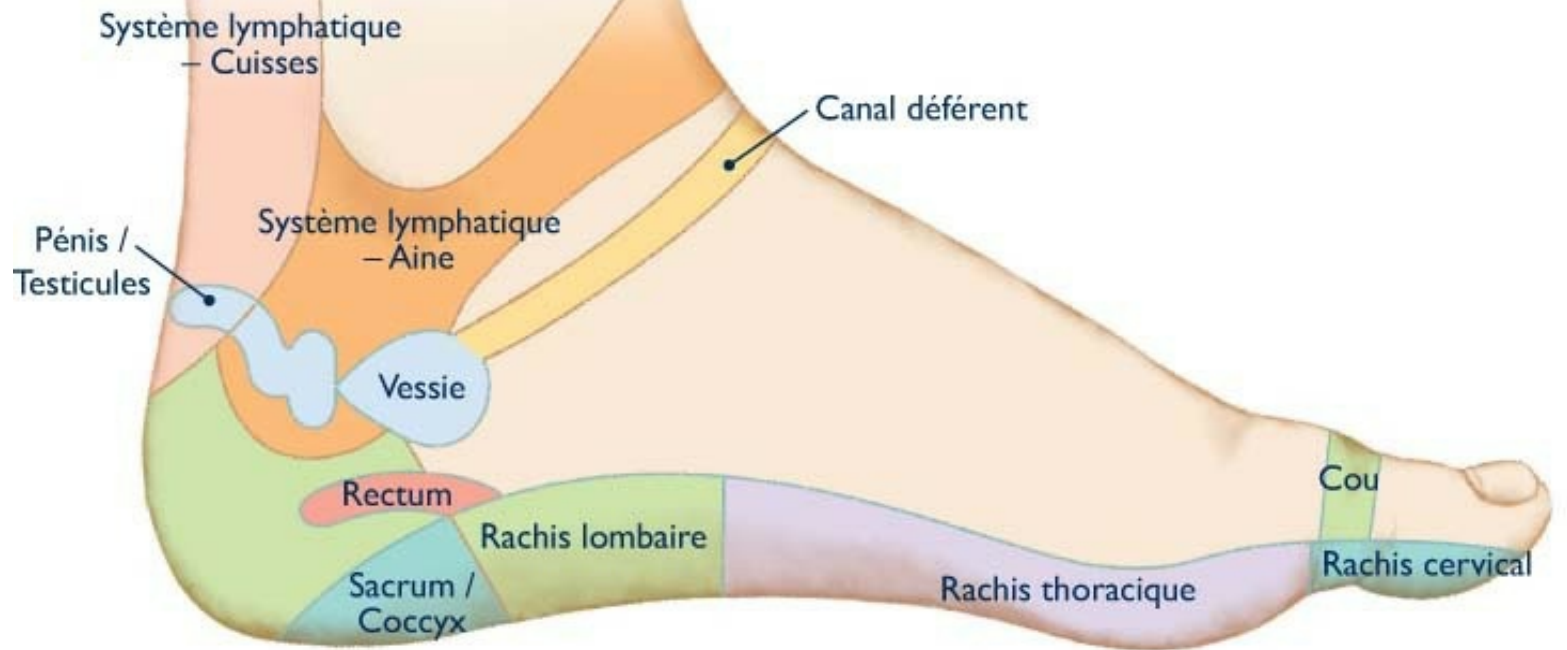
FIGURE 6.21
RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE : VUE PLANTAIRE ET DORSALE



GAUCHE

DROITE

VUE INTERNE DU PIED GAUCHE



VUE TRANSVERSALE DU PIED GAUCHE

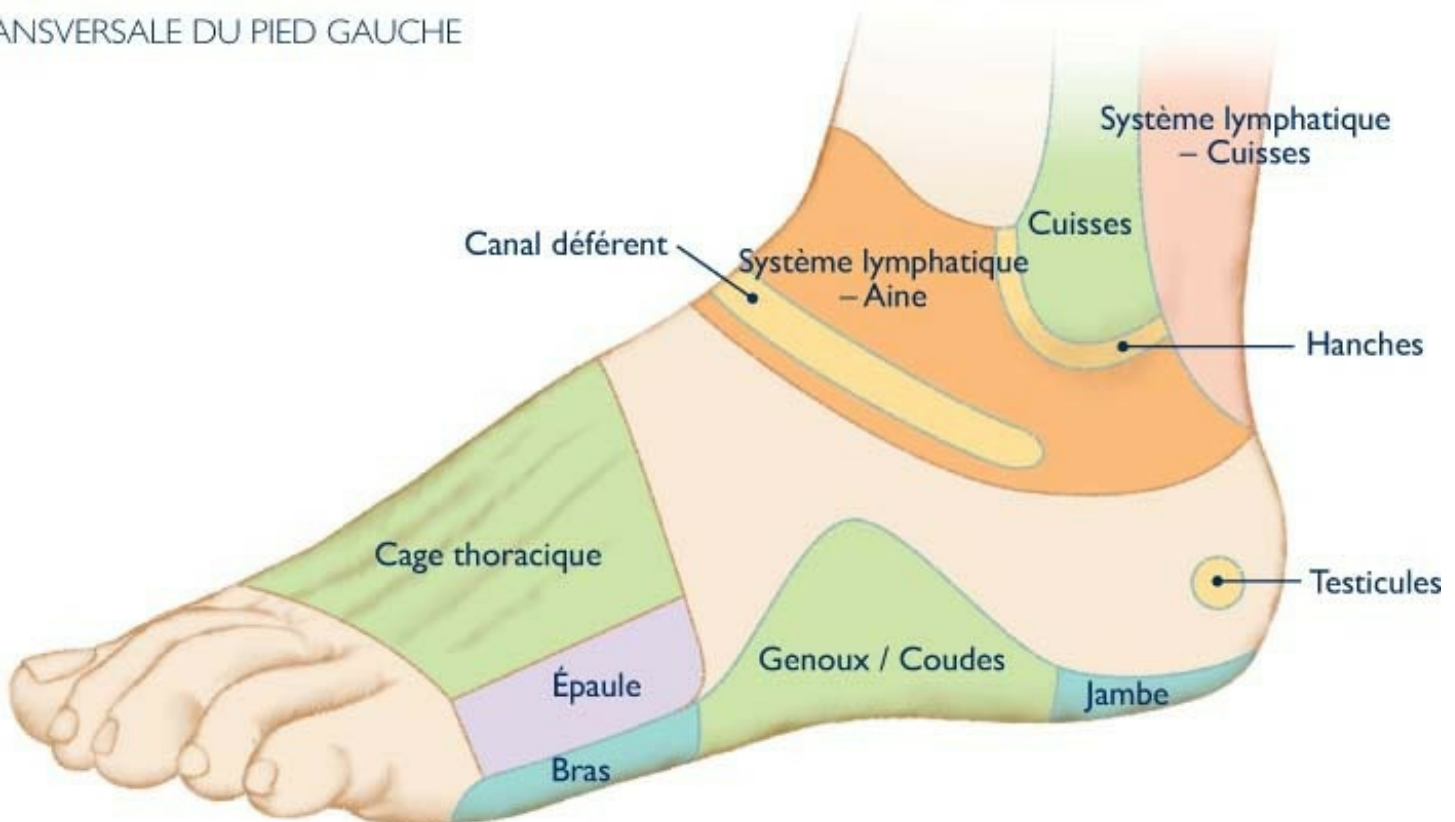
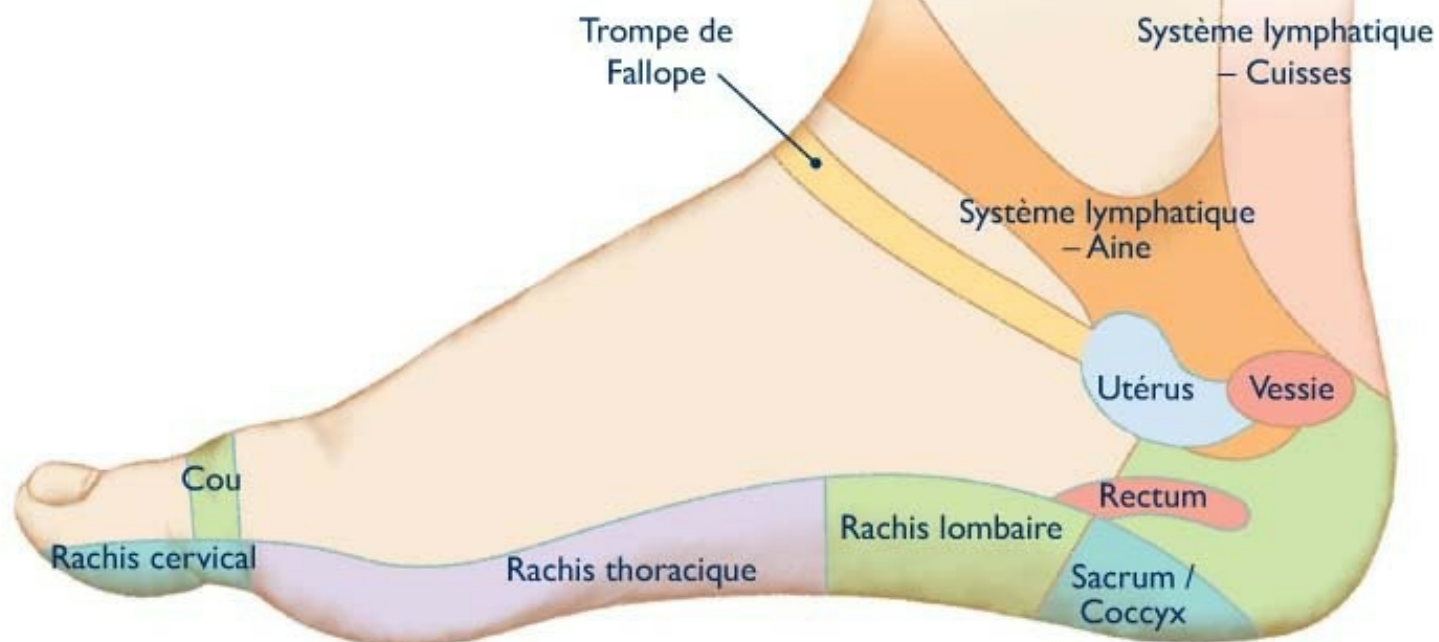
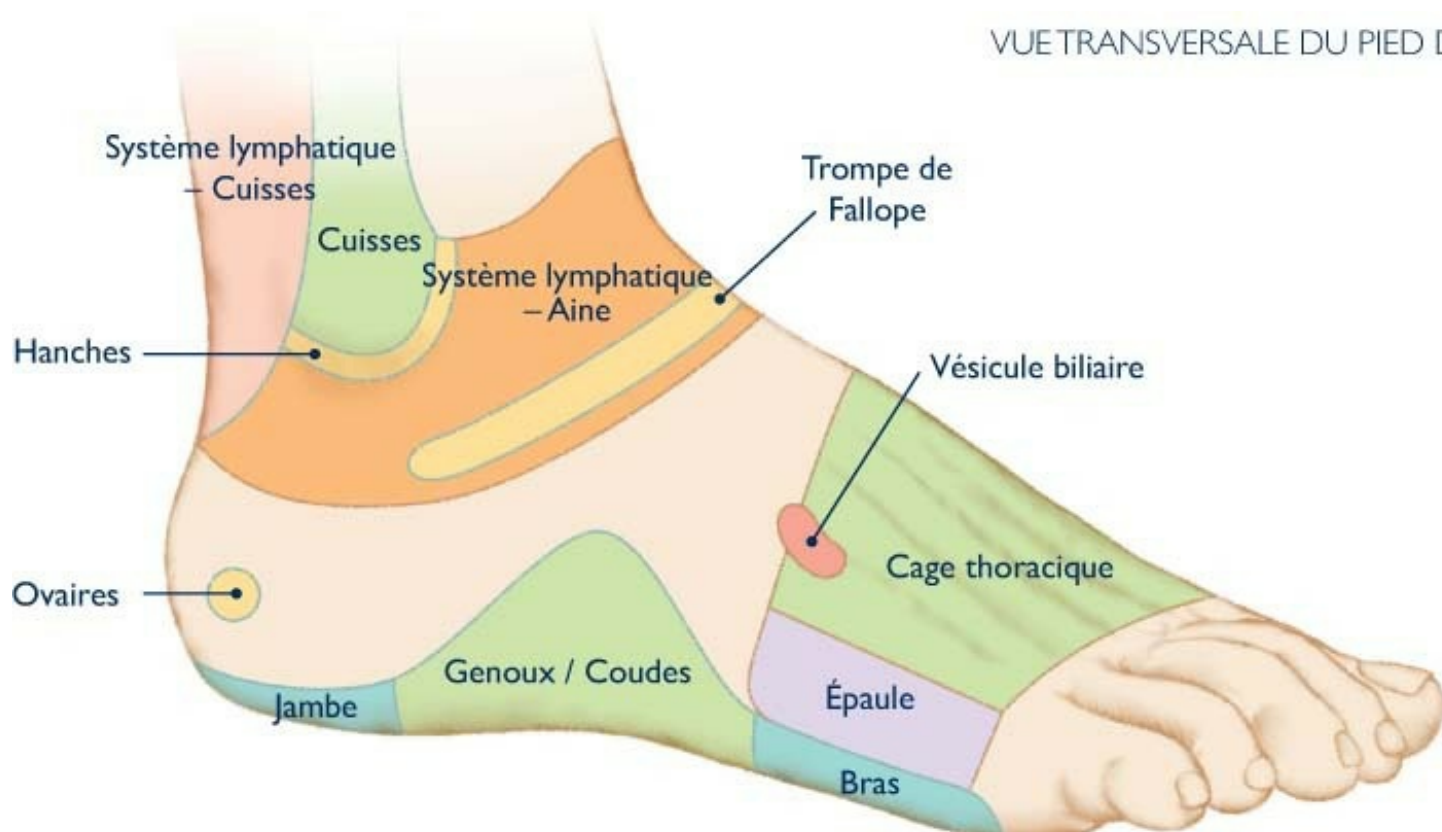


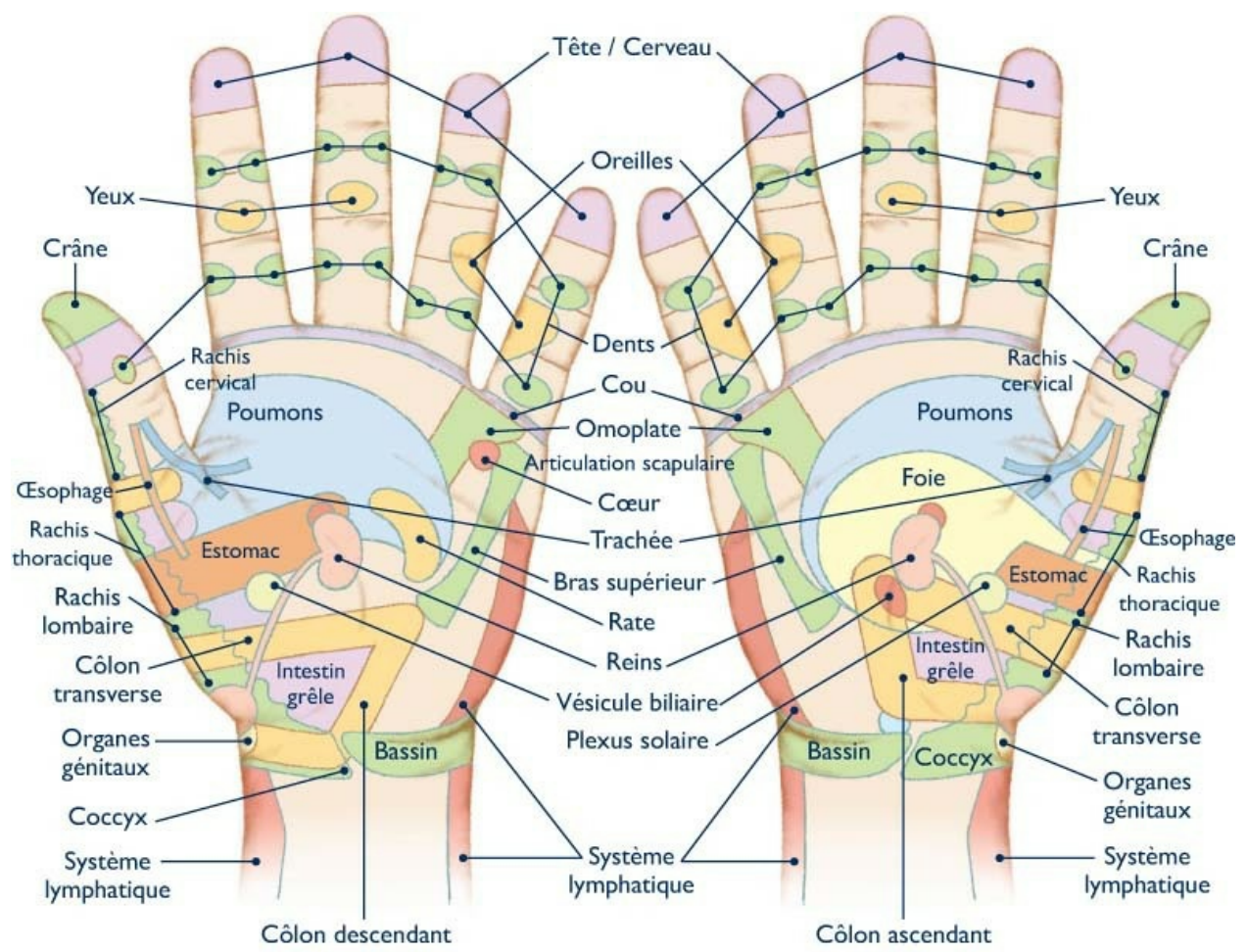
FIGURE 6.22
RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE : VUE INTERNE ET TRANSVERSALE

VUE INTERNE DU PIED DROIT



VUE TRANSVERSALE DU PIED DROIT





GAUCHE

DROITE

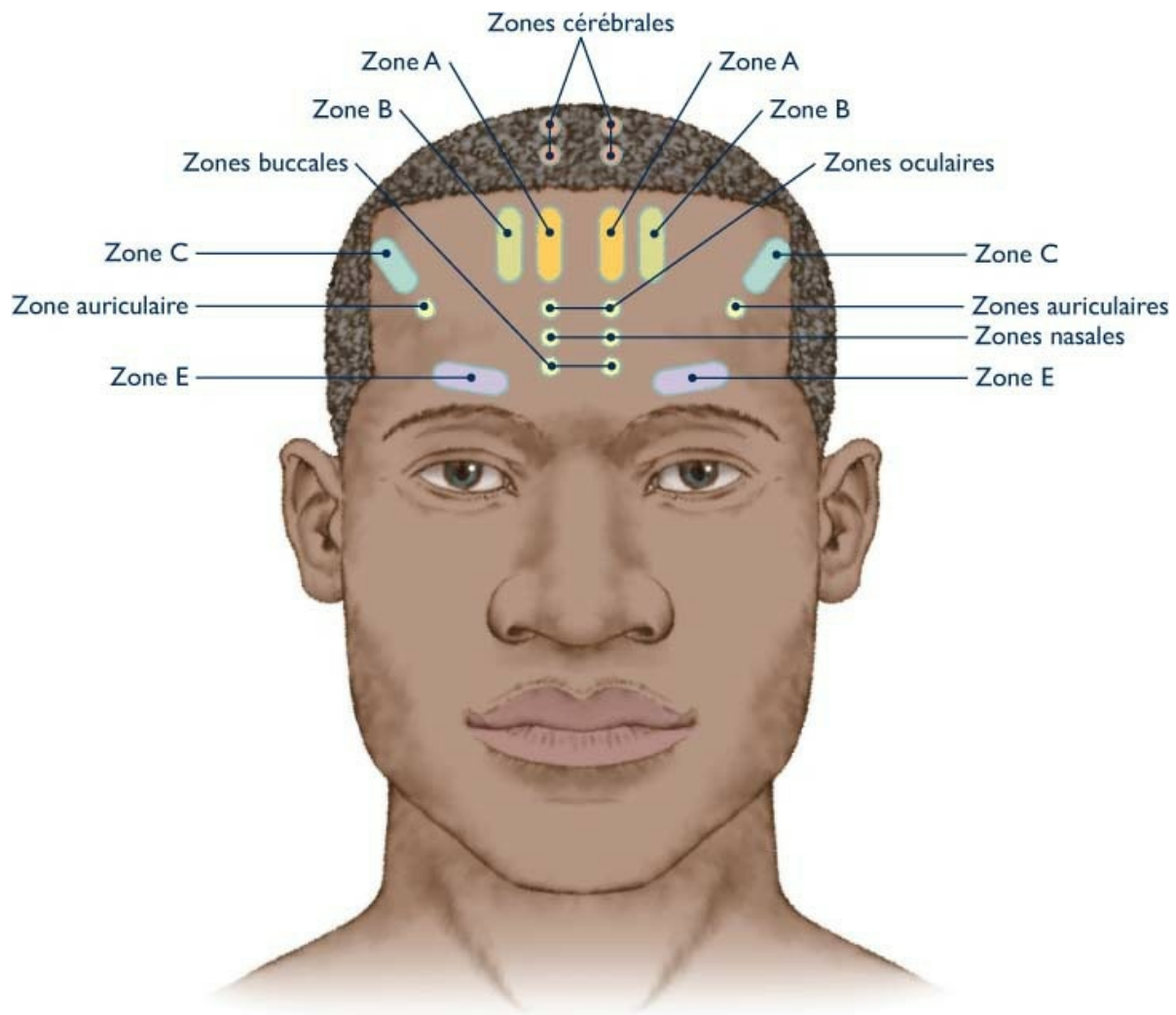
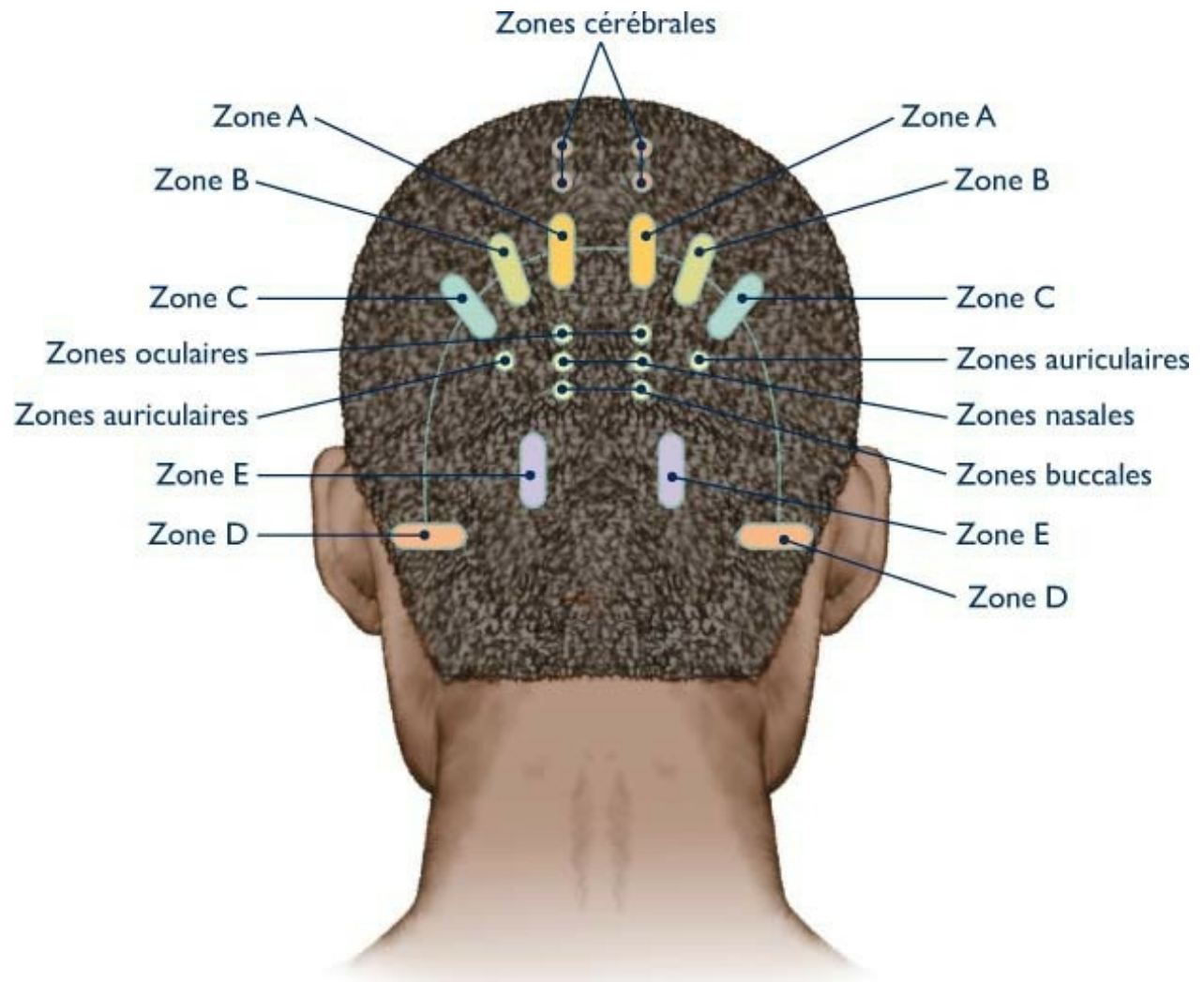
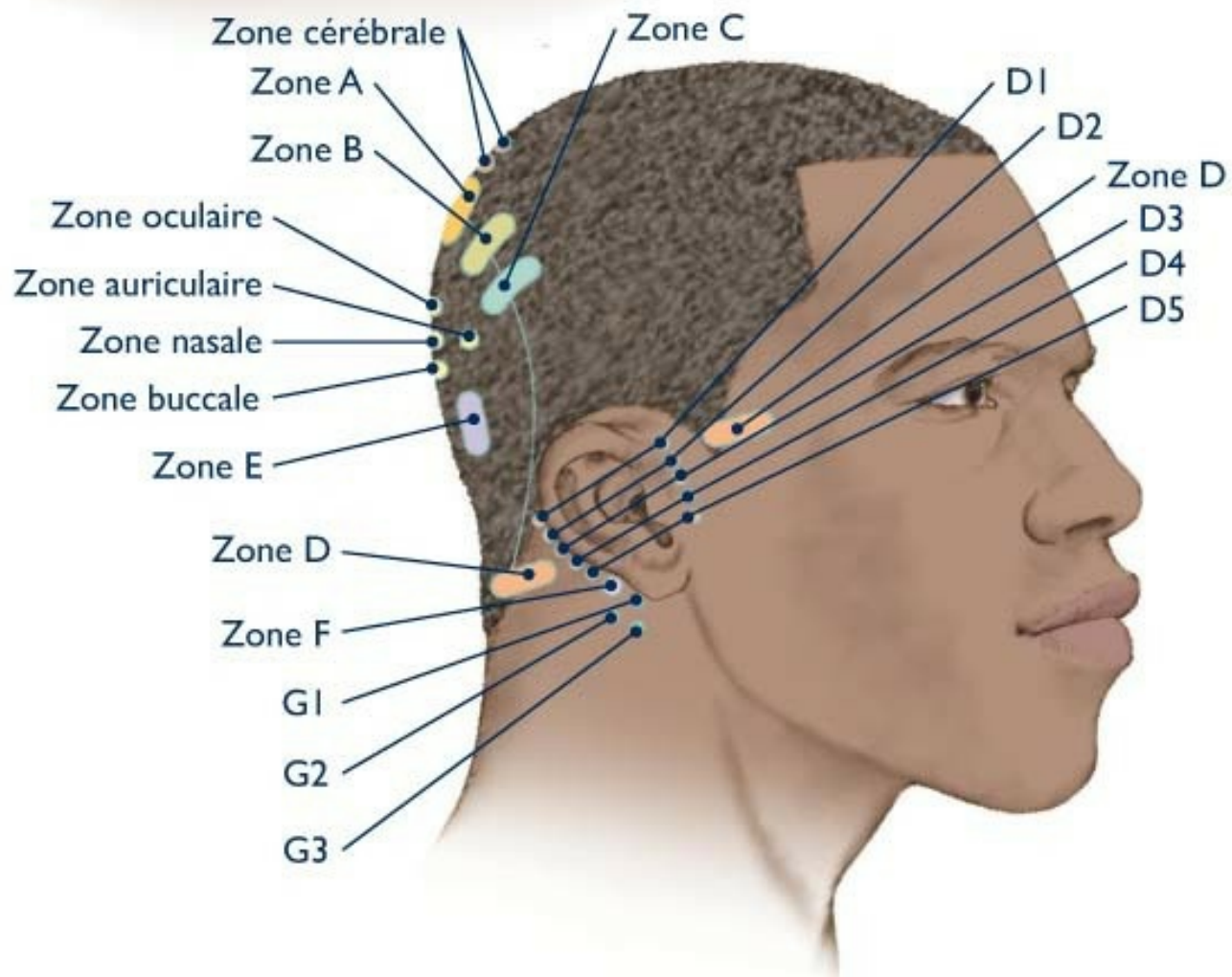


FIGURE 6.24
RÉFLEXOLOGIE FACIALE

- Zones : tête et vertèbres cervicales
- Zones : vertèbres cervicales, cou et épaules
- Zones : épaules, bras supérieurs et inférieurs, mains
- Zones : rachis lombaire, bassin et corps inférieur
- Points : chacun d'eux représente une vertèbre du rachis lombaire
- Zones : cage thoracique, rachis thoracique et estomac
- Zones : nerf sciatique
- Points : articulation du genou





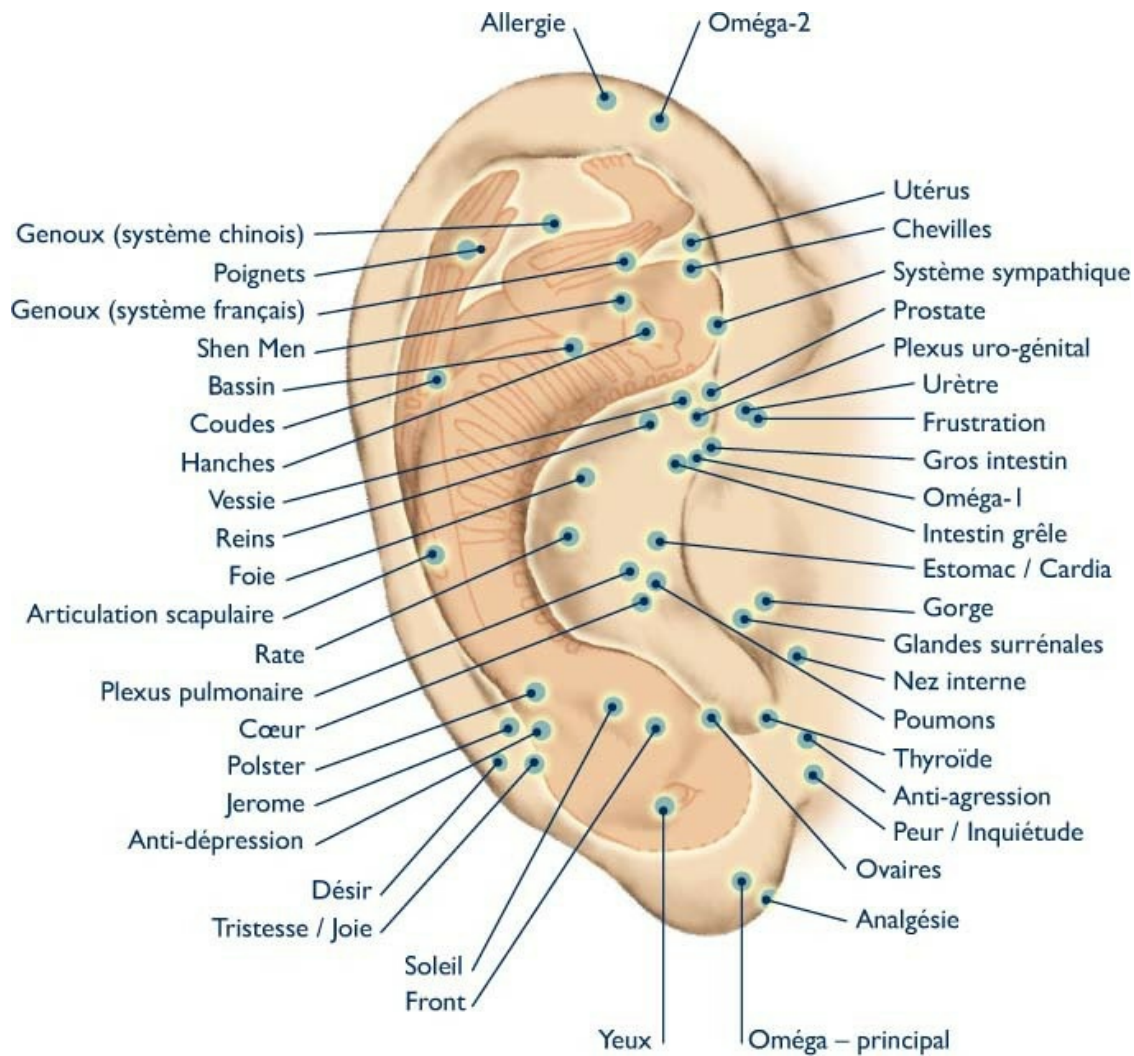


FIGURE 6.25
RÉFLEXOLOGIE AURICULAIRE

L'un de ses principaux créateurs est le Dr Mikao Usui, qui développa la pratique au début du ^{xx}^e siècle au Japon. D'autres meneurs clés sont le Dr Hayashi et M^{me} Hawayo Takata. À l'heure actuelle, la formation en reiki implique de réussir trois ou quatre étapes d'enseignement. Les maîtres de reiki accrédités sont à présent souvent employés en Occident en tant que thérapeutes énergétiques dans les cliniques et hôpitaux.

Le système reiki s'appuie sur la connaissance des chakras et sur des symboles particuliers. Un praticien entreprend d'utiliser ces symboles, considérés comme sacrés : les clés qui ouvrent les portes au mental supérieur, en déclenchant une intention ou une croyance qui engendre des résultats particuliers. En utilisant ces symboles lors d'un processus que l'on appelle l'*harmonisation*, un maître de reiki peut accomplir une guérison à distance ou par imposition des mains.

LA SONOTHÉRAPIE

Levez la main. Bien qu'inaudible par vos sens habituels, l'énergie invisible de ce mouvement émet une note⁴⁴². Certaines notes ou sonorités peuvent s'avérer néfastes. Des fréquences infrasoniques très basses peuvent dégrader des organes internes ; l'énergie ultrasonique peut décalcifier et ramollir les os⁴⁴³. Mais le son peut aussi guérir. Dans les années 1970, le chercheur Fabien Maman soumit une cellule cancéreuse aux vibrations d'un diapason. La cellule se dissolva⁴⁴⁴.

La sonothérapie utilise le son pour équilibrer et guérir. En tant que médecine énergétique, c'est

une thérapeutique vibratoire qui agit sur chaque niveau du moi humain – ainsi que sur tous les organismes vivants. Puisque l’eau véhicule le son quatre fois plus vite que l’air, il peut représenter un outil d’entraînement (union de vibrations) bien pratique – en particulier pour notre corps, composé à 70 % d’eau. Le son transmet des vibrations curatives plus rapidement que n’importe quelle autre méthode. On l’emploie fréquemment dans le traitement chakrique et celui du champ aurique, mais des praticiens allopathiques y ont également eu recours pour traiter l’autisme, l’insomnie et d’autres états, et on l’intègre aujourd’hui dans diverses thérapies par acupuncture.

Voici la science qui sous-tend la sonothérapie : composé d’électrons, de protons, de neutrons et de particules subatomiques, chaque atome est environné d’électrons qui se déplacent à plus de 900 km par seconde. Ce mouvement engendre une fréquence, qui crée une vibration, qui à son tour génère du son (audible ou non). La vibration correspond à la moitié de notre quotient énergétique, et constitue dès lors de l’information. Par ailleurs, comme nous l’avons vu dans « La cymatique : contempler le son, les champs de vie » à la page 137 et « La géométrie et le son en thérapie » à la page 336, l’information sonore façonne la matière. Le son doit donc contenir l’information nécessaire pour former ces motifs matériels.

Le son se déplace sous la forme d’ondes et génère par là des champs. Les sons particuliers pénètrent, traversent et émanent du corps par le biais des molécules, qui agissent comme des centres de transfert de l’information. Une molécule peut littéralement absorber la vibration d’une impulsion initiale et transmettre cette vibration à ses voisines, ce qui explique pourquoi le son peut façonner et modifier le corps et ses champs. Les molécules d’eau, formées à partir de cristaux, se modèleront et se remodeleront suivant la vibration d’un son ou de l’information qui y est gravée – pour le meilleur ou pour le pire. Comme nous l’avons vu dans la section « Les interactions du champ magnétique avec l’eau : constructions géométriques » de la troisième partie, les pensées négatives génèrent de vilaines formes néfastes, tandis que les pensées positives créent de beaux motifs inspirants.

L’une des plus importantes questions en rapport avec le son est celle de la résonance, qui se produit lorsqu’un objet, vibrant à une fréquence qui lui est propre, se met à vibrer à la même fréquence qu’un autre objet. Lorsque des systèmes multiples vibrent ou résonnent à l’unisson, le résultat est qualifié d’*entraînement*. Lorsque le corps s’entraîne à nourrir des pensées positives, comme la confiance, l’espoir et l’amour, les études montrent que la santé en est globalement améliorée. Quand le corps émet des pensées négatives, des parties du système pourraient s’entraîner à cette négativité (et provoquer un mal-aise ou « manque d’aise »), ou entrer en dissonance, ce qui entraîne également des perturbations (voir l’Index pour *entraînement* et, un terme apparenté, *cohérence*).

Tous les objets ne peuvent pas s’entraîner à une vibration existante. Si le diapason est réglé à 100 Hz, une simple fourchette de table entrera en résonance avec lui. Faites par ailleurs retentir un diapason de 400 Hz, et celui de 100 Hz n’y répondra pas. Il ne prêtera même pas attention à son voisin. Un tissu, du bois, un os – toutes sortes de matières résonneront si elles sont soumises à une vibration se situant dans sa *plage de fréquence*.

C’est là une information importante pour les thérapeutes. Chaque personne génère son *harmonique personnel*, ou plage vibratoire spécifique au moi. Les êtres vivants « recueilleront » et répondront aux personnes, idées ou même traitements qui vibrent à l’unisson avec leur plage personnelle, et résisteront aux autres. Si une vibration triomphe de la vôtre, telle qu’un agent pathogène ou l’opinion négative d’une autre personne, la maladie peut s’installer.

Une *vibration sympathique* est celle qui convient à l’être vivant situé dans la même plage de

fréquence. Son effet n'est pas produit par sa force – comme l'intensité –, mais par son *degré*. Le bourdonnement inaudible d'une lampe fluorescente ou de la pensée d'une personne assise à côté d'un être vivant – ou même à des milliers de kilomètres, mais reliée à lui par le champ quantique – peut perturber les niveaux vibratoires de ce dernier et, donc, ses champs énergétiques personnels. C'est en partie la raison pour laquelle les champs électromagnétiques artificiels et autres sortes de stress géopathiques sont si dangereux. Les énergies qui assaillent les êtres vivants créent en réalité en eux une dissonance.

Une musique ou des sons appropriés peuvent aider à rétablir les vibrations naturelles d'un être vivant et, par conséquent, sa santé, à condition que ces vibrations répondent à la vibration naturelle de cet être. La musique classique, qui produit entre 60 et 99 battements par minute, par exemple, calme le cœur et, via l'entraînement, apaise le corps tout entier. Vous trouverez des informations sur le son en thérapie dans chaque section de ce livre.

Il existe des dizaines de traitements énergétiques basés sur le son. Cette liste de Jonathan Goldman, sonothérapeute et auteur reconnu, en énumère quelques-uns⁴⁴⁵ :

- la musique appliquée à l'imagerie ;
- la musicothérapie ;
- la cymatique ;
- les bandes aux fréquences spécifiquement étudiées ;
- l'Oreille électronique (musique spéciale émise via des écouteurs pour traiter divers états) ;
- l'harmonisation ;
- la résonance harmonique ;
- la bioacoustique (les fréquences manquantes dans la voix d'un patient sont détectées et reproduites par des sons synthétisés) ;
- l'Hémi-Sync (équilibre les hémisphères cérébraux et induit des états altérés) ;
- le chant mantrique ;
- les diapasons (appliqués directement ou indirectement sur le corps physique) ;
- lits, chaises, etc. vibroacoustiques (équipement spécialement étudié pour projeter de la musique dans le corps d'un patient).

Tout dans le monde fonctionne à une fréquence optimale ou possède son propre son – même un virus. Quand une personne jouit d'une excellente santé, ses « notes » sont en syntonie les unes avec les autres et alignées sur le monde extérieur. Tout état lié au stress – une émotion, une croyance ou un événement négatif, ou un agent pathogène – peut être qualifié de « son envahissant » ou de fréquence qui peut perturber les fréquences ou vibrations naturelles du corps. Si le corps ou les parties du corps (dont les structures énergétiques) sont incapables d'harmoniser la fréquence « dissonante » à leur fréquence personnelle, la fréquence indésirable « prend les commandes » et entraîne finalement la maladie.

Les sonothérapeutes travaillent de multiples façons, mais doivent impérativement évaluer ou identifier la fréquence indésirable. Il leur faut ensuite déterminer quelles fréquences élimineront cette force envahissante, renforcer les fréquences naturelles de la personne ou obliger les deux forces (personnelle et indésirable) à collaborer de manière saine.

Outre prendre en compte le degré ou les harmoniques, un sonothérapeute analyse le tempo ou le rythme, qui se mesure en battements par minute (bpm). En général, un tempo de 40 à 60 bpm est

apaisant, tandis qu’un tempo de 80 à 120 bpm est stimulant⁴⁴⁶.

L’une des façons les plus importantes dont la musique et le son affectent le corps est d’altérer les ondes cérébrales. Le cerveau est parcouru de quatre ondes principales, comme nous l’avons vu au chapitre 7 : bêta (14 Hz et plus ; état d’éveil normal), alpha (8-13 Hz ; rêve et méditation légère), thêta (4-7 Hz ; concentration intérieure et transitions) et delta (5-3 Hz ; sommeil profond).

Le cerveau est particulièrement réceptif à certains sons, en fonction du degré et du tempo, entre autres facteurs. Différentes fréquences sonores entraînent le cerveau à différentes ondes cérébrales. Par exemple, un roulement de tambour, fréquemment utilisé par les chamans pour accompagner la guérison, réalise habituellement entre 240 et 170 bpm et convertit les ondes cérébrales bêta en ondes thêta⁴⁴⁷. Au début des années 1970, Gerald Oster découvrit un battement ou rythme binaural. Lorsque chaque oreille est soumise, via des écouteurs, à une fréquence sonore différente (de 100 et 109 Hz, par exemple), le cerveau perçoit une fréquence de 9 Hz, qui permet de soulager la douleur, réduire le stress et favoriser la visualisation, entre autres bienfaits⁴⁴⁸.

LE SON ET LE TRAITEMENT CHAKRIQUE

L’on combine fréquemment le son et le travail chakrique pour entraîner des résultats bénéfiques. Voici deux théories sur le son et les chakras.

Le travail chakrique tonal : le système des douze chakras⁴⁴⁹

Chaque note de musique détient une vibration et engendre des résultats uniques. Il existe de nombreuses théories associant certaines notes à des chakras bien spécifiques. Elles varient d’une culture à l’autre, puisque chaque culture met l’accent sur des chakras différents. En outre, chaque culture travaille avec ses propres gammes – chromatique, tonale, atonale, octatonique, pentatonique, etc.

Selon le système des douze chakras, le corps humain est en syntonie avec la note La. Chaque chakra possède une roue intérieure et extérieure. La roue intérieure reflète le moi spirituel tandis que la roue extérieure révèle la personnalité. Un La mettra en harmonie la roue intérieure de chaque chakra et celle des autres, en équilibrant le système de manière naturelle. Cette altération dans la roue intérieure assurera également l’équilibre de la roue extérieure. Cette dernière, quant à elle, possède sa propre note. Une autre approche pour harmoniser les chakras consiste à travailler avec cette roue extérieure et à l’accorder à la note qui lui est propre, en équilibrant donc le système par l’extérieur. Les notes peuvent à la fois guérir et nuire. Des notes discordantes – celles qui ne s’harmonisent pas à la fréquence de votre corps, d’un chakra particulier ou d’un organe physique – créent une dissonance/ maladie. Les notes salutaires se mêlent à votre centre harmonique et vous vitalisent. Les notes peuvent être employées à la fois pour établir un diagnostic et pour favoriser la guérison.

Voici les significations des principales vibrations tonales utilisées en Occident, basées sur l’octave.

FIGURE 6.26
FONCTIONS DES NOTES

Note	Gouverne	Fonction
La	l’esprit	harmonise la nature humaine à la nature divine, le moi humain au moi spirituel
Si	le mental	harmonise le mental inférieur et moyen au mental supérieur

Do	les sentiments	harmonise les sentiments humains aux sentiments divins
Ré	le corps	harmonise le corps et l'état physiques et les besoins matériels aux corps, dons spirituels et facultés de manifestation
Mi	l'amour	harmonise ce qui est dépourvu d'amour à l'amour divin inconditionnel
Fa	les miracles	harmonise chaque aspect de l'être aux forces spirituelles requises à cet instant, rompant la dualité pour évoluer dans le miraculeux
Sol	la grâce	confère de la grâce, qui est amour et pouvoir divins, à la situation présente

Dièses et bémols

Les dièses incarnent la réalité spirituelle dans la réalité matérielle. Un Fa dièse, par exemple, active cet aspect de votre esprit intérieur qui vous relie à la force dont vous avez besoin sur le moment. Les bémols invitent au lâcher-prise. Un sol bémol, par exemple, qui correspond à un Fa dièse, chasse toute force négative ou malveillante entravant votre destinée spirituelle. Toute la différence entre un travail sur les dièses ou sur les bémols se résume à l'intention. Si vous désirez vous débarrasser de quelque chose, pensez au bémol ; pour attirer quelque chose, pensez au dièse.

Notes principales

De nombreux cercles ésotériques travaillent avec un système de gammes de Do. Dans le système des douze chakras, c'est là la théorie le plus admise parmi les thérapeutes contemporains. Le système, qui commence par Do, met en lumière le corps physique et sa santé chakrique. Une deuxième théorie des douze chakras commence par La et renvoie aux systèmes d'énergie subtile et à l'alchimie.

FIGURE 6.27
NOTES PRINCIPALES ET CHAKRAS

Chakra	Couleur	Signification de la couleur	Note de la théorie ésotérique	Note de la théorie des douze chakras
Premier	Rouge	Passion	Do	La
Deuxième	Orange	Sentiments, créativité	Ré	Si
Troisième	Jaune	Sagesse, pouvoir	Mi	Do#
Quatrième	Vert	Guérison	Fa	Ré
Cinquième	Bleu	Communication, guidance	Sol	Mi
Sixième	Violet	Vision	La	Fa#
Septième	Blanc	Spiritualité	Si	Sol#
Huitième	Noir	Karma/effets du passé	Do	La
Neuvième	Or	Mission de l'âme et unité avec les autres	Ré	Si
Dixième	Nuances de	Relation à l'environnement	Mi	Do

	terre			
Onzième	Rose	Transmutation	Fa	Ré
Douzième	Transparent	Lien avec le divin	Sol	Mi

Ondes sonores et méditation : le processus de guérison de la kundalini

La moelle épinière est une caisse de résonance et les vertèbres (avec les chakras) résonnent en fonction de la mélodie, l’harmonie et la modulation internes et externes⁴⁵⁰. Le cerveau, l’autre partie fondamentale du système nerveux central, est lui aussi extrêmement réactif aux ondes sonores, essentiellement parce qu’il fonctionne en partie grâce au son.

Itzhak Bentov, chercheur du siècle passé et méditant, découvrit que les activités cardiaques et cérébrales s’altéraient considérablement au cours d’une méditation profonde. En suivant la piste de cette découverte, il élabora une théorie du nom de *modèle physio-kundalini*, qui embrasse de nombreux aspects de la théorie énergétique⁴⁵¹. Pour paraphraser l’explication qu’a donnée le Dr Richard Gerber des travaux de Bentov, le cœur stimule les vibrations sonores dans les profondeurs du cerveau, qui génère des réactions mécaniques et électriques dans le tissu nerveux. Un cycle oscillatoire débute dans le cortex sensitif, qui envoie des ondes électriques partant des orteils et remontant l’ensemble du corps. Chez les personnes qui pratiquent la méditation, ce cycle affecte davantage l’hémisphère droit que le gauche, en commençant du côté gauche du corps. En collaboration avec un autre chercheur, le Dr Lee Sanella, Bentov associa ces symptômes à l’ascension de la kundalini. Chez les personnes qui pratiquent la méditation profonde, ce cycle se répète à l’infini, en dissolvant de manière récurrente les blocages des chakras et, donc, les problèmes liés à la qualité de la vie. Au fur et à mesure que le courant s’amplifie, les centres de plaisir sont stimulés et les ondes cérébrales se maintiennent progressivement aux niveaux supérieurs⁴⁵².

LE SON ET LA COULEUR

Dans son ouvrage *Mind, Body and Electromagnetism*, John Evans a développé un tableau de correspondances des sons et des couleurs, en incluant dans la foulée leurs associations au yin et au yang. Dans ce système, Ré est la note yang la plus puissante et La bémol la note yin la plus intense. Le Si représente la transition entre le yin et le yang et le Fa, note yang elle aussi, amorce la transition vers le yin. Les couleurs qui leur sont associées suivent la même logique. Evans remarque que le concept chinois du yin et du yang est à l’exact opposé de celui qu’il propose dans son tableau, et en déduit que son système reflète davantage l’esprit occidental que l’oriental⁴⁵³. J’y ai moi-même ajouté les chakras qui renvoient généralement à chaque couleur.

FIGURE 6.28
SON ET COULEUR

Note	Acoustique (Hz)	Lumière (10 ¹² Hz)	Couleur	Chakra	Yin/Yang
Fa	683	751	Mauve	Sixième	
Mi	645	709	Violet	Sixième	
Mi bémol	609	669	Indigo	Cinquième et sixième	
Ré	575	632	Bleu	Cinquième	Yang
Ré bémol	542	596	Bleu-vert	Quatrième et cinquième	

Do	512	563	Vert	Quatrième	
Si	483	531	Jaune-vert	Troisième et quatrième	
Si bémol	456	502	Jaune	Troisième	
La	431	473	Orange	Deuxième	
La bémol	406	447	Orange-rouge	Premier et deuxième	Yin
Sol	384	422	Rouge	Premier	
Sol bémol	362	398	Rouge rubis	Premier	

LE DIAGNOSTIC TRADITIONNEL CHINOIS

Quatre méthodes, appelées *szu-chen*, sont utilisées dans la médecine traditionnelle chinoise pour établir un diagnostic précis et décider du traitement qui convient. Ce sont l’examen, l’auscultation/ l’olfaction, l’anamnèse et la palpation.

Chacune de ces méthodes recueille des informations sur les cinq phases, les systèmes organiques associés et les procédés supplémentaires abordés par la théorie des cinq phases. Un praticien pourrait, par exemple, évaluer le zang et le fu, le qi, les liquides, le sang ou des facteurs causaux tels que la chaleur venteuse, le froid néfaste ou le vent chaleur. Le problème a-t-il une origine interne – découlant d’une émotion par exemple – ou externe, due à un agent pathogène envahisseur ? Le problème est-il causé par un excès ou une carence ? Pour y répondre, le praticien suit les quatre méthodes afin de trouver une solution logique, en prenant tout en compte, des facteurs liés aux méridiens au mode de vie, comme l’alimentation, le sommeil, le travail, l’exercice physique, en passant par le niveau énergétique, la satisfaction émotionnelle, l’activité sexuelle et l’acuité mentale. Chaque détail représente une pièce que le praticien rajoute au puzzle pour pouvoir établir un *bilan du déséquilibre* ou *bian zheng*.

Ces méthodes se révèlent fort complexes, mais les maîtriser permet à un praticien de déterminer non seulement la méthode de traitement appropriée, mais aussi le moment idéal pour la mettre en route. Un système est le plus réceptif lorsque son cycle atteint son sommet. Le qi parcourt le corps toutes les 24 h et chaque organe se trouve au centre de la scène pendant deux heures. L’idéal serait de travailler sur cet organe lorsqu’il en est à ce stade. En outre, chaque méridien dispose de son autre pôle ou de son parfait opposé. Ils s’équilibrent et s’affectent l’un l’autre de manière directe, en révélant un processus et un centre de traitement secondaires (voir « Les cycles du qi : l’horloge biologique » à la page 215).

Un praticien peut aussi évaluer une personne en se basant sur sa constitution. Il existe cinq types de constitution principaux, et chacun d’eux requiert un traitement différent (voir « Les cinq constitutions principales » ci-dessous).

LES QUATRE MÉTHODES PRINCIPALES

Vous trouverez ci-après les descriptions des quatre méthodes principales de diagnostic traditionnel chinois.

L’examen

Il consiste à analyser visuellement le moi spirituel d’un patient et son corps physique. L’évaluation visuelle fournit des indices concrets. Une peau pâle ou terne peut, par exemple, évoquer un syndrome yin ou fu. Un teint rougi ou enflammé renvoie à une toute autre série de maux et peut aider le praticien

à se diriger vers le centre du problème. Certains praticiens prennent en compte les spécificités du visage d'un patient pour définir sa constitution de base avant de poursuivre le diagnostic. Les praticiens considèrent également que l'apparence générale, la manière de s'habiller, la voix et les yeux révèlent l'esprit d'une personne. Un esprit positif est la clé d'un pronostic réussi.

LES CINQ CONSTITUTIONS PRINCIPALES

D'après la médecine traditionnelle chinoise, il existe cinq types de constitutions fondamentaux. Définir la constitution d'une personne représente l'un des principaux protocoles pour diagnostiquer et traiter des symptômes. Le type détermine les éléments, les aliments, les exercices et les points méridiens auxquels recourir⁴⁵⁴.

FIGURE 6.29
LES CINQ CONSTITUTIONS PRINCIPALES

Type et description	Signes cliniques
Type sombre et obstructif (congestion énergétique et coagulation sanguine)	Peau, lèvres et couches entourant les yeux noircies ; poitrine congestionnée ; abdomen gonflé ; pouls profond, retardé et détendu ; coloration de la langue noire-violet
Type aqueux et expectorant (expectorations humides)	Surpoids ; estomac gonflé ; saveur sucrée en bouche ; sensation de lourdeurs ; selles molles ; soif sans désir de boire ; pouls instable ; langue tapissée de graisse
Type sec et chaud (carence en yin)	Sous-poids ; bouche et gorge sèches ; constipation ; chaleur interne ; émission de courts flux d'urine jaunâtre ; troubles digestifs ; goût pour les boissons froides ; acouphènes ; surdité ; soif ; insomnie ; pouls nerveux et rapide ; langue rouge légèrement recouverte ou pas du tout
Type froid et lent (carence en yang)	Surpoids ; teint brouillé ; peur du froid ; lèvres pâles ; membres froids ; transpiration excessive ; selles molles ; miction fréquente avec émission de longs flux d'urine blanchâtre ; calvitie ; acouphènes ; surdité ; goût pour les boissons chaudes ; pouls profond et faible ; légère coloration de la langue avec marques de dents ; langue sensible
Type fatigué et carencé (carences énergétiques et sanguines)	Teint pâle ; souffle court ; fatigue ; vertiges ; palpitations ; manque de mémoire ; ptôse de l'anus et de l'utérus ; transpiration excessive ; flux menstruel peu abondant ; mains engourdis ; pouls faible et ténu ; légère coloration de la langue

Le diagnostic de la langue se situe au cœur de l'inspection physique et l'on considère cet organe comme la porte d'accès physique vers le corps. Diverses régions linguales sont étroitement liées aux cinq phases et aux systèmes organiques.

Voici comment un praticien pourrait combiner les observations physiques de base et le diagnostic de la langue avec les quatre niveaux, l'un des aspects de la théorie des cinq phases :

Niveau du wei : défensif interne. Vu que les poumons contrôlent la peau, les symptômes à ce niveau

sont souvent liés au méridien des Poumons. Il peut s’agir de fièvre, de maux de tête, de toux, d’angine et d’une soif légère. La langue peut être rouge, tapissée d’un fin enduit blanc ou jaune. Le pouls sera variable et rapide. Le traitement consiste à chasser les atmosphères particulières par l’extérieur (au moyen d’aiguilles par exemple).

Niveau du qi : défensif interne. Les symptômes apparaissent en fonction des systèmes organiques touchés. Les organes les plus fréquemment impliqués sont les Poumons, le Gros intestin, la Vésicule biliaire, la Rate et l’Estomac, et de tels symptômes incluent souvent une forte fièvre, la transpiration, une soif excessive de boissons froides, une toux grasse, des problèmes abdominaux, une difficulté à respirer (si le qi des Poumons est carencé) et des troubles de l’estomac. Des frissons ne se présentent généralement pas à ce niveau. La langue peut être rouge, tapissée d’une couche jaune et sèche, et le pouls rapide. Le niveau de qi se rétablit en dissipant la chaleur et en améliorant les fluides corporels.

Niveau du ying : nourrissant interne. Parce que le niveau du ying renvoie au shen ou au mental, les symptômes peuvent se manifester par des angoisses, de la nervosité et de l’agitation, un discours illogique, ainsi que par une forte fièvre qui s’aggrave la nuit, l’insomnie, une soif réduite et éventuellement une éruption cutanée. La langue est souvent d’un rouge profond, tapissée d’un enduit jaune squameux. L’on traite le niveau du ying en refroidissant le feu et en tonifiant le yin.

Niveau du xue : niveau du sang. Les symptômes sont des saignements, une chaleur excessive et une carence en yin. Ils incluent également tous les signes du niveau du ying, en plus des spasmes, tremblements et hémorragies⁴⁵⁵.

L’auscultation et l’olfaction

Ces termes renvoient à l’audition et à l’odorat. Quelle est la qualité de la voix de la personne ? Quels genres de mots utilise-t-elle pour communiquer ? Quelle odeur a son haleine ? Quels autres parfums émanent du corps ? Les sons fournissent des indices sur les cinq phases et les organes, et l’haleine révèle l’état de ceux-ci. Différentes phases et systèmes organiques, dont les sentiments, sont associés à différents organes (voir le chapitre 35, « Les sept émotions et les organes correspondants »).

La source des odeurs peut aider un limier à détecter des organes en déséquilibre, et une forte exhalaison peut le diriger vers un organe ou une partie du corps malade. Par exemple, si un patient pleure et que son haleine sent le « pourri », le son comme l’odeur indiquent un déséquilibre de l’élément métal (voir le tableau ci-après). Le méridien principal correspondant est celui des Poumons. Le praticien a dès lors recueilli ses premiers indices.

Voici les sons et les odeurs associés aux divers éléments. Nous pouvons les examiner en rapport avec le tableau des cinq éléments de la page 204 pour établir les liens qui s’imposent.

Élément	Son	Odeur
Bois	Cri ou appel	Rance
Feu	Rire	Roussi
Terre	Chant	Parfum
Métal	Pleur ou sanglot	Pourri
Eau	Gémissement ou profond	Putride

L'anamnèse

Elle consiste à réaliser une analyse approfondie de l'histoire physique, émotionnelle, mentale, spirituelle, relationnelle et psychologique d'un patient. Maints autres facteurs sont abordés avec le patient, de son mode de sommeil à sa libido.

La palpation

La palpation consiste à palper, explorer le corps et prendre le pouls. Le toucher et l'exploration révèlent des foyers d'inflammation et de maladie. Les praticiens emploient souvent l'expression « prendre les pouls » au pluriel, parce qu'il existe plusieurs formes de pouls, comme nous l'expliquons dans « La prise du pouls » ci-après. Il s'agit d'un art dont la maîtrise demande parfois plusieurs années.

LA PRISE DU POULS

Le pouls peut délivrer des informations essentielles sur l'état de santé général et des problèmes de santé particuliers. Un praticien interprète les différents rythmes, modes et intensités des pulsations en soumettant divers points du poignet à des pressions du doigt. Il prend le pouls pour décèler la qualité du flux sanguin et du qi à différents endroits du corps et déterminer l'état global d'un patient⁴⁵⁶. La prise du pouls est appelée *qiemai* et participe techniquement de la palpation générale du corps. Le texte classique y faisant référence est le *Mai jing (Classique des pouls)* rédigé par Wang Shuhe au III^e siècle. Il y présente plus d'une dizaine de formes de pouls, certaines se subdivisant en deux, mais les réduit toutes à quelques points de pulsation essentiels. L'expert contemporain Xie Zhufan a mis en évidence vingt-six catégories de pouls principales, chacune d'elles révélant un état maladif potentiel. Un pouls instable, par exemple, évoque un qi épuisé et une maladie grave, tandis qu'un pouls rapide traduit une température élevée et la nécessité de soins d'urgence⁴⁵⁷.

MAIN GAUCHE



MAIN DROITE



FIGURE 6.30

LIEUX DE PRISE DU POULS

Les lieux de prise du pouls

Le médecin chinois classique prend le pouls en plaçant trois doigts sur l'artère radiale et en évaluant un bras à la fois. De nombreux praticiens l'analysent en trois points différents :

- la position *cun* ou du cœur ;
- la position *guan* ou du foie ;
- la position *chi* ou des reins.

Le praticien utilise trois niveaux de pression pour finalement prendre le pouls à neuf reprises. Ces niveaux sont :

- la palpation superficielle (infime pression) ;
- la palpation intermédiaire (légère pression) ;
- la palpation profonde (pression plus prononcée).

Ces diverses pressions montrent tour à tour comment le pouls évolue à la surface de la peau, en se modelant et émergeant sous la contrainte physique. En les comparant, un praticien confirmé peut déterminer ce qui se produit véritablement dans le corps et sur quel méridien travailler.

LE DÉPISTAGE AURICULAIRE

L'une des méthodes orientales d'examen les plus courantes est de prendre les pouls et de déterminer un lieu de faiblesse ou de force sur l'oreille.

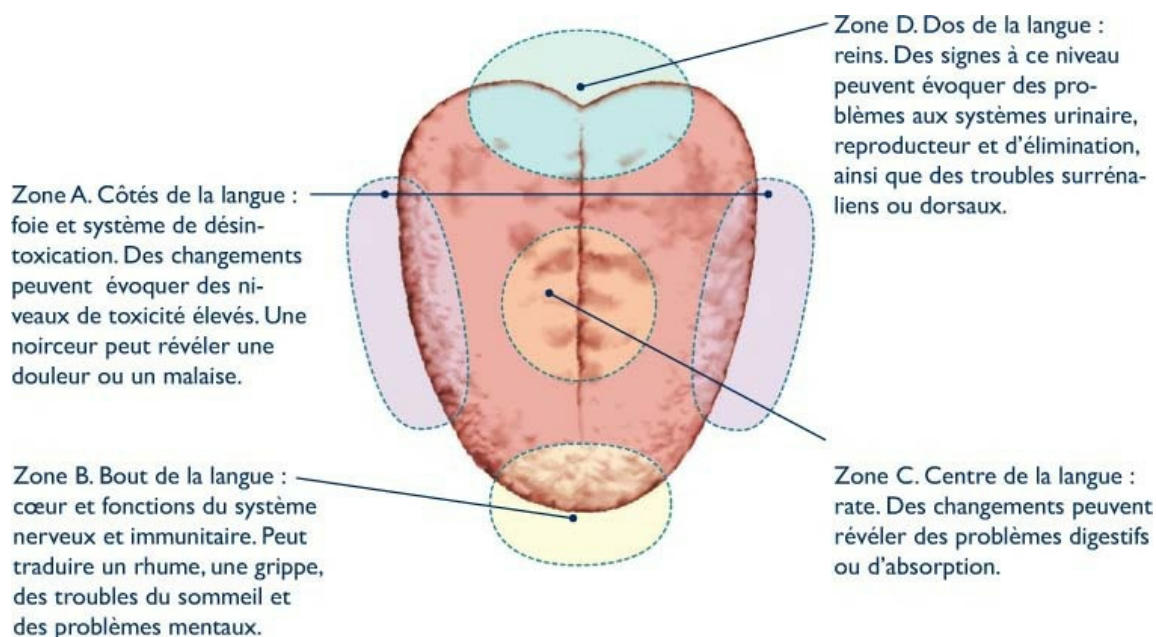


FIGURE 6.31

RÉGIONS LINGUALES

La langue se compose de quatre zones principales. Elles représentent les organes et les problèmes essentiels suivants :

La langue est considérée comme un important organe d'évaluation parce qu'elle est riche en ressources vasculaires, ou fluidiques, contient les cellules réceptrices du goût et est alimentée par les systèmes nerveux et circulatoire. Elle produit également la salive, qui renferme de l'eau, des électrolytes, du mucus et des enzymes. Les sécrétions salivaires peuvent altérer l'aspect de la langue en fonction de déséquilibres organiques. Ensemble, ces attributs linguaux bien spécifiques peuvent aider un praticien confirmé à poser un diagnostic complémentaire en se basant sur la langue⁴⁶¹.

Au cours d'un examen de la langue, un praticien considère des facteurs comme l'enduit, la forme et la couleur avant d'inspecter des régions linguales particulières. Si une certaine zone présente une anomalie, le praticien prête particulièrement attention au système organique auquel elle est liée.

La couleur de la langue

La couleur reflète la stabilité des organes internes et de la circulation sanguine et fournit des indices sur la qualité de la santé d'un patient. Une teinte linguale normale est rouge clair tendant vers le rose et d'une légère brillance. La couleur renvoie souvent au fonctionnement des organes internes et à la santé sanguine, ainsi qu'immunitaire.

Un praticien essaie souvent de déceler des nuances pâles, rouges ou mauves. Chacune d'elles possède une signification spécifique, liée en particulier à l'enduit. Une langue pâle révèle un excès de froid, par exemple, s'il se manifeste également une épaisse couche blanche. Cela pourrait être le signe d'une anémie ou d'un affaiblissement du corps. Une langue rouge pourrait indiquer une carence en yin si l'enduit est fin, absent ou squameux.

La forme de la langue

Une langue normale est uniforme, sans fissures et n'est ni trop épaisse ni trop fine. En analysant la forme, un praticien pourrait aussi examiner la taille de la langue en relation avec l'ouverture de la bouche, en considérant également les marques de dents, les ulcérations et les inflammations. Ces signes pourraient évoquer un œdème ou une congestion dans le corps, ainsi qu'une nervosité. La forme définit souvent la qualité de la circulation des fluides et du qi du corps. Une langue gonflée ou boursouflée renvoie, par exemple, à une carence en qi de la Rate et à une chaleur humide, tandis qu'une langue étirée pourrait indiquer une chaleur cardiaque.

L'enduit de la langue

Un enduit lingual sain est fin et clair, ou parfois jaune pâle avec une couche légèrement plus épaisse au dos de la langue. Un enduit épais reflète généralement des troubles du système digestif. Les différents enduits renseignent le praticien sur d'éventuelles maladies. Un enduit jaune, épais ou luisant traduit, par exemple, une chaleur humide, accompagnée d'une candidose ou infection aux levures ou d'une défaillance du système immunitaire. Un enduit squameux ou inexistant évoque une carence en yin et une dégradation des systèmes corporels.

En connaissant quels points auriculaires renvoient aux organes ou aux régions corporelles, un praticien peut établir un diagnostic et stimuler ensuite les régions qui conviennent par des aiguilles, le massage ou une autre forme de traitement. Il existe plusieurs théories expliquant le fonctionnement de ce procédé. Le Dr William Tiller souligne ces concepts dans son ouvrage *Science and Human Transformation*⁴⁵⁸.

Comme Tiller l'explique, l'une des découvertes de Nogier fut le siège du signal vasculaire autonome (SVA), terme décrivant le système qui gouverne les muscles lisses, comme ceux qui enveloppent les artères et les intestins. Nogier attesta de modifications dans les états sympathique et parasympathique du système nerveux autonome en décelant une variation du pouls de l'artère radiale sur le poignet. Il appela ce phénomène le *réflexe auriculo-cardiaque* (RAC). Le chercheur Julian Kenyon utilisa plus tard le RAC pour déterminer quels aliments et substances chimiques une personne peut tolérer⁴⁵⁹. L'examen peut s'avérer aussi simple que de placer une substance à proximité de l'oreille d'un patient et d'interpréter simultanément le pouls de son artère radiale. Une réponse positive qui reflète la tolérance du patient se traduit par une courte accélération du pouls radial. Une réponse négative évocatrice de la nocivité de la substance est indiquée par un rythme pulsatoire plus faible.

Tiller suggère que l'oreille peut déceler une substance via le champ aurique qui entoure le corps.

La substance est perçue par le champ comme un « signal ». Ce signal est envoyé au SVA sous forme de réponse électromagnétique. Le SVA est l'un des nombreux récepteurs biochimiques qui contiennent des neurohormones. Les neuro-hormones sont sensibles aux signaux électromagnétiques. Le signal sur l'aliment, la matière ou le liquide modifie la configuration géométrique des molécules des neurohormones, et le corps réagit par une altération chimique. Un autre chercheur encore, le Dr Joseph Navach, a émis l'hypothèse que cette première réaction était diffusée par des groupes de neurohormones sonores qui, à leur tour, communiquaient avec d'autres groupes voisins et, finalement, avec d'autres encore plus éloignés, en transmettant donc le message comme une famille s'échange des nouvelles d'une ville à l'autre au moyen du téléphone⁴⁶⁰.

AUTRES PRATIQUES ÉNERGÉTIQUES

Outre les pratiques déjà mentionnées, il existe des centaines d'autres traitements énergétiques et corporels qui englobent ou accompagnent souvent le travail énergétique. Vous en trouverez ci-après un aperçu représentatif ainsi que des descriptions, pour votre information. Sont également énumérées des définitions de divers types de médecines, telles que la « médecine bioenvironnementale », qui vient enrichir nombre d'autres thérapies. Nous avons déjà abordé plusieurs de ces thérapies énergétiques dans ce livre ; je vous invite à vous référer à l'index analytique lorsque vous les rencontrerez à nouveau.

Acide hyaluronique : l'Agence américaine chargée des aliments et des médicaments (FDA) a autorisé l'injection d'acide hyaluronique pour le traitement de l'ostéo-arthrite du genou. Certains praticiens envisagent d'administrer les injections aux points d'acupuncture. Ces compléments sont perçus comme une « fontaine de Jouvence ».

Acupression : technique par laquelle l'on soumet les points d'acupuncture à la pression des doigts, des mains, des coudes ou d'un appareil.

Acutonics : système énergétique transformationnel combinant le son et la vibration pour harmoniser le champ humain et lui conférer une santé optimale. Ce système sous-tend l'application de diapasons spécialisés aux méridiens d'acupuncture.

Amma : forme principale du travail corporel oriental. Il s'agit d'une pratique thérapeutique datant de 2697 av. J.-C. et basée sur la médecine traditionnelle chinoise.

Anthroposophie : système médical développé par Rudolf Steiner, qui traite la personne dans son ensemble. Harmonise les niveaux physique, astral et spirituel de l'être humain.

Aromathérapie : utilisation d'arômes et de parfums fondée sur la théorie que chaque fragrance différente agit à une fréquence bien spécifique. Les arômes particuliers influencent le corps de diverses manières et favorisent le calme, la guérison, la vitalité ou d'autres effets.

Baubiologie : pratique considérant l'effet des bâtiments et des matériaux sur la santé. La baubiologie défend les aménagements qui profitent à la santé spirituelle, mentale et physique des habitants et présentent un faible impact sur l'environnement. À cette fin, elle préconise la construction d'immeubles avec des matériaux naturels et renouvelables ; une moindre exposition aux polluants,

substances chimiques et moisissures ; des conditions thermiques et d'humidité adéquates ; et une exposition minimale aux champs et rayonnements électromagnétiques naturels et artificiels.

Be Set Free Fast (BSFF) : traitement énergétique centré sur l'élimination des souches émotionnelles négatives et des systèmes de croyances limitatives gravés dans le mental subconscient.

Biofeedback : utilisation d'appareils de haute technologie analysant les ondes cérébrales, la respiration, la température cutanée, le pouls, l'activité musculaire et la transpiration pour mesurer le stress et la réaction aux techniques psychosomatiques.

Biogéométrie : elle fait intervenir des principes conceptuels qui utilisent la géométrie sacrée, le son et la couleur en vue de favoriser la guérison et d'établir des environnements sains. Fondé par l'architecte et scientifique égyptien Ibrahim Karim après plus de trente années de recherches, ce système se base sur une énergie unique que l'on trouve dans les centres énergétiques de tous les êtres vivants. Il emploie des formes brevetées pour altérer l'énergie dans les aliments, l'eau, l'environnement et le corps en vue de favoriser la santé et le bien-être⁴⁶².

Biologie aérienne : elle considère les effets de la qualité de l'air sur notre santé. Elle analyse des facteurs tels que les moisissures, les allergènes, la ventilation et le confort thermique.

Chamanisme : les chamans sont des prêtres guérisseurs qui accomplissent des actions curatives et divinatoires sur divers plans de l'existence.

Chiropractie : les chiropracteurs recourent à des manipulations qu'ils effectuent avec leurs mains et parfois avec des instruments pour traiter des troubles mécaniques de la colonne vertébrale, de façon à affecter le système nerveux et musculo-squelettique et favoriser la guérison.

Constellations familiales : développé par Bert Hellinger, le travail sur les constellations familiales se fonde sur l'idée que les familles génèrent des forces invisibles qui les enferment, de génération en génération, dans des schémas négatifs. Il faut se libérer de ces schémas transgénérationnels si l'on veut acquérir l'indépendance nécessaire pour vivre selon son véritable moi.

Désensibilisation et reprogrammation par le mouvement des yeux (EMDR) : utilise une série de techniques, dont les traitements par mouvement des yeux, pour identifier et régler des problèmes liés au passé.

Dimensions thérapeutiques (résolution mémorielle holographique) : résoud les traumatismes du corps, du mental et de l'esprit.

Électrobiologie : étudie les effets des énergies électromagnétiques émanant des systèmes électriques. Préconise la réduction de tout rayonnement électromagnétique négatif, comme celui émis par les lignes à haute tension, les téléphones cellulaires et les ordinateurs. Une subdivision de la baubiologie.

Feng Shui : travaille sur les effets du paysage et du cadre qui nous entoure, dont la forme, l'histoire, l'aspect, la couleur, la situation et l'orientation. Cette méthode d'origine chinoise inclut des éléments météorologiques, astronomiques et géomagnétiques et engendre un effet positif sur la fortune, la santé et les relations. Des théories fondamentales font intervenir le qi ou énergie universelle ; la polarité ou les opposés yin et yang ; le nord magnétique et la boussole Luopan ; et l'emploi du *Bagua*, ou huit symboles basés sur les quatre directions cardinales.

Fleurs de Bach : les essences florales sont des teintures liquides à la fabrication particulière, qui contiennent des matières florales et végétales. Elles agissent au niveau vibratoire pour aider à équilibrer les émotions et ainsi soulager les états physiques et mentaux. La thérapie florale est attribuée au Dr Edward Bach, qui débuta son œuvre au début du xx^e siècle. Le succès des élixirs floraux du Dr Bach n'a de cesse, même s'il existe aujourd'hui plusieurs autres gammes de teintures.

Géobiologie : étudie les effets de différents types de rayonnements naturels et artificiels.

Hakomi : associe la psychologie occidentale, la théorie systémique et les techniques corporelles avec pleine conscience et non-violence.

Huiles essentielles : diverses huiles, chacune d'elles agissant à un niveau vibratoire spécifique, peuvent être utilisées localement ou en aromathérapie pour induire une réaction particulière.

Hypnothérapie : débarrasser un patient d'un symptôme, d'une maladie ou d'une dépendance en l'aidant à atteindre un état modifié de conscience en vue d'accéder à divers niveaux mentaux.

Iridologie : analyse de l'iris de l'œil pour évaluer la santé.

Jin Shin Jyutsu : ancienne technique japonaise de thérapie énergétique, impliquant une respiration profonde et l'imposition des mains sur le corps. L'ultime procédé est qualifié de verrous de sauvegarde de l'énergie.

Johrei : approche thérapeutique japonaise par imposition des mains visant la guérison spirituelle.

Katsugen Undo : utilisation de mouvements spécifiques pour relâcher le contrôle conscient du corps et le laisser ainsi guérir par lui-même.

Libération myofasciale : technique d'imposition des mains qui recourt à des pressions pour éliminer des restrictions myofasciales.

Lithothérapie : les gemmes sont utilisées à des fins thérapeutiques depuis des milliers d'années. Les cristaux et autres pierres présentent chacun une structure moléculaire unique, à travers laquelle un praticien peut programmer ou canaliser de l'énergie intentionnelle pour guérir ou obtenir des informations. La lithothérapie est souvent employée de concert avec les chakras ou pour provoquer des effets particuliers sur les champs auriques ou autres biochamps.

Macrobiotique : approche diététique de la santé qui naquit à l'époque d'Hippocrate. Elle repose sur l'usage de céréales complètes et d'aliments non transformés et se fonde sur des concepts orientaux comme ceux du yin et du yang et de la cuisine de saison.

Massothérapie : manipulation des muscles, de la peau et des tissus mous pour aider à réparer le corps et à accroître la stimulation. Il existe au moins 75 types de massages, d'après des chercheurs en médecine alternative.

Matrice énergétique : travail de thérapeutique énergétique réalisé au moyen de fréquences quantiques curatives.

Médecine bio-environnementale : vise à modifier l'environnement interne du corps – par les probiotiques, par exemple, qui sont des aliments ou des compléments alimentaires contenant des bactéries ou levures aux effets bénéfiques – pour altérer le corps dans son ensemble.

Médecine énergétique : recours à un traitement énergétique physique ou subtil pour altérer les propriétés énergétiques du corps, des corps qu'il abrite et de ceux qui l'entourent.

Médecine naturopathique : également appelée naturopathie, pratique médicale qui renforce les capacités innées du corps à récupérer d'une maladie ou d'une blessure. Son travail relève de plusieurs méthodes, dont les médecines ayurvédique et holistique, et associe la phytothérapie, l'hydrothérapie, l'acupuncture, le counseling émotionnel, la manothérapie, la thérapeutique environnementale, l'aromathérapie et l'emploi d'élixirs et de remèdes holistiques pour favoriser la santé et le bien-être.

Médecine vibratoire : traitements basés sur le principe que le corps humain se compose de champs d'énergie étroitement liés. La maladie apparaît lorsqu'un ou plusieurs de ces champs sont en déséquilibre. Rééquilibrer ces énergies rétablira le bien-être.

Méditation : atteindre un état de tranquillité mentale par une interruption du processus de pensée ou une concentration accrue. Il s'est avéré qu'elle réduit le stress, améliore l'humeur et altère les schémas de stress corporels.

Méthode Bowen : manipulations douces de points clés qui stimulent le flux énergétique via les fascias, en encourageant le corps à guérir seul.

Méthode Feldenkrais : série d'exercices qui aident à se réapproprier ses facultés de mouvement et de pensée ainsi que sa sensibilité naturelles.

Méthode Yuen : technique thérapeutique énergétique qui combine la médecine énergétique traditionnelle chinoise et des concepts occidentaux. Elle se représente le corps comme un ordinateur et la douleur comme un signal de déséquilibre. Diverses techniques permettent au praticien de détecter le dérèglement à la racine – qu'elle soit chimique, énergétique ou émotionnelle – et déterminer le moment de son apparition.

Modèle biomécanique : induit des changements en travaillant sur les propriétés mécaniques du corps.

Modèle biomédical : se concentre uniquement sur des facteurs biologiques (et non psychologiques ou sociaux) pour appréhender une maladie.

Modèle biopsychosocial : la santé et la guérison résultent des interactions entre des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.

Ostéopathie : traitement du système musculo-squelettique par des médecins qui combinent souvent une formation médicale traditionnelle et la connaissance de problèmes somatiques.

Panchakarma : système de purification utilisé par l'ayurvéda.

Phytothérapie : usage de plantes à l'état naturel ou modifié à des fins curatives.

Pilates : étirements et mouvements pour aligner le corps et renforcer le noyau, en utilisant des techniques de pleine conscience.

Pranathérapie : consiste à faire circuler le prana à travers le système chakrique et à le libérer ensuite via les mains et les chakras. Purifie et dynamise le corps éthérique du patient.

Programmation neurolinguistique (PNL) : accède aux réseaux cérébraux et neuronaux pour échanger un programme de vie destructeur contre un programme constructif.

Réseau énergétique humain spécifique (SHEN) : traitement qui combine le toucher thérapeutique et la thérapie par la polarité.

Restructuration de la matrice : se réfère à un modèle de structure organique prouvé scientifiquement – la *matrice de tenségrité* – qui explique nombre de phénomènes observés, liés au mouvement complexe, à l'intégrité structurelle et à la réaction tissulaire à des traumatismes. Restructure la matrice et libère des forces pour rétablir l'équilibre physique, émotionnel et mental.

Restructuration du système holographique : fondée sur la théorie holographique, elle invite à des changements positifs là où nous subissons une expérience limitative.

Rolfing : restructuration du corps par la manipulation et le massage profonds du fascia ; permet souvent de régler des problèmes psychosomatiques.

Seichim : recours à une « énergie nourricière » délivrée par un traitement par imposition des mains. Certains pensent qu'elle est originaire d'Égypte.

Seitai : méthode traditionnelle japonaise de thérapie manipulative combinant la théorie de l'acupuncture et le réajustement osseux.

Sonopuncture : application de signaux sonores sur les points d'acupuncture.

Taiji Quan (généralement appelé Taiji) : l'une des techniques les plus populaires ; art martial « doux » ou non violent qui favorise la santé et une longue vie. Les praticiens emploient une série de positions et de mouvements qui stimulent le qi. Ces postures se basent sur les méridiens et servent à la fois d'exercice et de méthode thérapeutique. On considère le Taiji comme un art martial « interne », que l'on pratique individuellement dans le but d'améliorer son moi intérieur, physique et spirituel.

Technique d'acupression Tapas (TAT) : inspirée de la théorie médicale traditionnelle chinoise, elle favorise le traitement de l'information et de l'énergie par le système psychosomatique.

Technique de synchronisation bio-énergétique (B.E.S.T.) : traitement énergétique travaillant avec l'ensemble des systèmes corporels, dont le système subtil. Les praticiens (généralement chiropracteurs) évaluent à la main les déséquilibres électromagnétiques. Ces irrégularités peuvent être mécaniques, mais aussi émotionnelles, mentales ou spirituelles. La santé est rétablie par des techniques d'impulsions.

Thérapie crânio-sacrée : consiste à manipuler les os du crâne et le sacrum pour soulager la douleur, stimuler le système immunitaire et corriger des troubles, en harmonisant le corps à un rythme initié dans l'utérus après la fermeture du manchon dure-mérien. Ce mouvement se produit de 6 à 12 fois par minute.

Traitement électromagnétique : manipulation des champs électriques, magnétiques ou combinés dans le corps.

Traitement neuromusculaire : compression de zones extrêmement sensibles des muscles squelettiques, associée à des nodules douloureux.

Traitements de synchronisation de l'énergie et de la pensée : utilisent la polarité magnétique du corps et les méridiens qui véhiculent la bioénergie subtile pour interagir avec nos pensées et émotions qui leur sont associées.

Thérapies énergétiques : manipulation des corps, canaux et champs énergétiques en vue de générer un changement.

Thérapie spirituelle : recours à un pouvoir supérieur ou transcendant comme source d'énergie curative.

Touch and Breathe (TAB) ou Thérapie par les champs de pensée (TFT) : pendant que l'on stimule un point d'acupuncture, le patient accomplit un cycle complet de respirations. Ce système mène à la technique de libération émotionnelle.

Toucher thérapeutique : méthode curative par imposition des mains dont l'efficacité a été largement

démontrée et qui recourt aux chakras et champs auriques, ainsi qu'à des techniques spécifiques, pour favoriser la guérison.

Toucher quantique : système thérapeutique par imposition des mains qui accède au qi pour aider soi-même et les autres à guérir de problèmes physiques et émotionnels.

Travail corporel : recours au massage pour favoriser la guérison.

Travail de Heller : rétablit l'équilibre naturel du corps en associant mouvement et alignement du corps.

Travail de respiration holotropique (TRH) : recours à des techniques respiratoires qui travaillent l'« hologramme » du mental, du corps et de l'âme pour éclaircir des problèmes antérieurs.

Travail du souffle : techniques de respiration qui favorisent la guérison.

Travail matriciel : psychothérapie énergétique transpersonnelle qui traite des problèmes complexes.

Tui na : méthode de massage qui s'appuie sur les points d'acupuncture. Elle signifie littéralement « repousser-attirer », parce qu'elle consiste à rejeter et à attirer le qi dans le corps et autour de lui. Les praticiens recourent à une série de techniques manuelles et d'étirements passifs et actifs pour corriger le système musculo-squelettique, régler des schémas neuromusculaires aberrants et chasser les irritants biochimiques du corps.

Visualisation : recours à la visualisation intérieure pour réduire des symptômes de stress ou se connecter à des énergies particulières.

Yoga : utilisation d'une série d'exercices respiratoires, de postures et de la méditation pour équilibrer le mental, l'âme et le corps. Il existe plusieurs formes de yoga ; la plupart d'entre elles travaillent avec les chakras.

Équilibrage du point zéro : système de travail corporel par imposition des mains qui aligne le corps énergétique sur la structure physique. Il emploie une forme particulière de toucher connue sous le nom d'*interface*, qui aide à relier ces deux corps.

Nous avons parcouru les cartes énergétiques du corps du monde entier d'hier à aujourd'hui. Nous avons exploré les traditions sacrées de l'Inde, la médecine orientale, les champs du spectre électromagnétique et les concepts qui « mijotent » encore dans les laboratoires de physique actuels. Nous avons étudié de vastes forces planétaires et les activités microscopiques de particules subatomiques. Nous avons sondé la réalité de l'énergie – les énergies subtiles qui sous-tendent toute chose dans l'Univers.

Les énergies subtiles qui élaborent le monde concret façonnent également le corps humain. Structuré en trois systèmes principaux – les champs, les canaux et les corps –, le subtil enseigne en fait à la matière physique comment fonctionner. L'on pourrait donc affirmer que nous sommes des êtres subtils baignant dans l'univers physique, et non l'inverse.

La connaissance de ces structures d'énergie subtile est essentielle au thérapeute praticien. En comprenant les forces à l'œuvre à l'intérieur et à l'extérieur du corps, le spécialiste peut mieux diagnostiquer et résorber les maladies et les problèmes. Réceptif au subtil, il peut déterminer le traitement le plus efficace et travailler de manière holistique – sur tous les systèmes du corps et non sur quelques-uns. Et il peut s'appuyer sur un ensemble d'outils en développement croissant qui peuvent enrichir les traitements orientaux comme occidentaux.

Certains de ces outils sont légendaires, transmis par nos ancêtres. Les guérisseurs ont, au cours des âges, décelé les énergies subtiles de manière intuitive et démontré leur existence par leur utilisation pratique. Ces énergies ont été transcrites dans des systèmes aussi vastes que la guérison du champ aurique, les thérapies des méridiens et l'équilibrage des chakras. Les thérapeutes actuels ont beaucoup à gagner à revisiter et adopter de telles pratiques. Elles ont fonctionné jadis, qu'on les ait mesurées ou non ; elles fonctionneront aujourd'hui. Nous adjoignons, à ces anciennes méthodes, des recherches et des traitements thérapeutiques contemporains.

Nous avons étudié, au fil de cet ouvrage, la science et les applications de dizaines de méthodes énergétiques actuelles. Nous avons exploré les recours à des dispositifs médicaux, à des thérapies basées sur la lumière, à des soins complémentaires, etc. Tous ces traitements, aujourd'hui prouvés scientifiquement, se fondent sur des théories énergétiques. Il fut un temps où nous ne pouvions pas mesurer les ondes radio, le rayonnement électromagnétique ou les rayons X, mais ces énergies autrefois subtiles occupent à présent une position centrale dans le domaine des soins de santé.

Un excellent thérapeute – celui qui se risque à approfondir ses recherches en vue d'un meilleur résultat – gagnerait en outre à s'aventurer au-delà des techniques et des idées récemment vérifiées pour embrasser les méthodes subtiles qui n'ont toujours pas été prouvées en laboratoire, déterminé à suivre un code éthique tel que celui que propose ce livre.

Les champs énergétiques invisibles de la Terre affectent notre santé et notre bien-être. Nous possédons un champ aurique ; les photographies révèlent ces halos colorés. Altérer ce champ invisible modifie notre moi visible. Les méridiens traversent notre tissu conjonctif. Des chercheurs en tabliers blancs ont démontré la véracité de ces déclarations par des expérimentations validées.

D'autres scientifiques encore nous ont fourni les preuves fascinantes de l'existence des chakras et des nadis – suffisamment vérifiées pour susciter chez nous l'envie irrépressible d'approfondir les recherches et analyses. J'espère que les informations délivrées dans cet ouvrage conduiront les lecteurs – ainsi que la communauté scientifique – à pousser plus loin l'investigation.

Le but réel de ce livre a par ailleurs été d'élargir les frontières des soins de santé à l'intention de toute personne concernée de près ou de loin par le métier – les praticiens, les étudiants, les enseignants, les patients et leurs proches. La connaissance du diagnostic de la langue, des points shiatsu, de la guérison par imposition des mains ou de la chromothérapie ne pourrait-elle pas un jour sauver votre vie ou celle d'autrui ? La compréhension de la réalité subtile qui sous-tend l'univers physique ne pourrait-elle pas créer une bien meilleure réalité pour nous tous ?

Subtil ne veut pas dire « faible ». La logique nous indique que, si le subtil sous-tend la réalité, nous pouvons la remodeler en travaillant sur les énergies subtiles. Et bien que nous étudions et appliquions depuis des milliers d'années la connaissance des énergies subtiles, nous nous trouvons toujours au bord du tremplin. Épouserons-nous l'ancienne sagesse et les idées novatrices de la science ou retournerons-nous à la sécurité de l'ignorance ? Cesserons-nous de nous contenter de demander « Que savons-nous ? » pour oser également « Que ne savons-nous pas encore ? » Par un esprit ouvert à l'étude et à la pratique, chacun de nous s'offre l'opportunité d'enrichir la compréhension des principes subtils qui sous-tendent la maladie et la santé. Et chacun de nous peut apporter sa contribution au corpus de connaissances dont émergeront les techniques thérapeutiques subtiles de demain.

REMERCIEMENTS

Les véritables héros de ce livre sont restés méconnus au cours des âges. Je fais référence à ces hommes et ces femmes qui ont fait confiance à leur intuition et à leur sagesse, et qui, dans un esprit de découverte, ont mis à jour et travaillé avec l'anatomie des énergies subtiles. Des scientifiques et des chercheurs s'attellant à recueillir des preuves du subtil les ont rejoints. Ces aventuriers détiennent la responsabilité d'aider le monde à réaliser un objectif extrêmement important : le mariage de la science et de la spiritualité, du visible et de l'invisible. Ils œuvrent à créer un monde dans lequel nous désirons tous vivre.

Ce livre est le résultat tangible d'un rêve de longue date nourri par la fondatrice de Sounds True, Tami Simon. Son apparition ici et maintenant témoigne de la foi de cette dernière en ce qui est bon, spirituel et invisible – et se transforme sans cesse en réalité physique sous la direction de meneurs comme elle. Derrière ce projet se cache une équipe complète d'acteurs clés, dont Jennifer Coffee, chef de projet et éditrice de cet ouvrage. Jennifer a coordonné le processus de rédaction et d'illustration et contribué à métamorphoser le livre en un document pratique. Kelly Notaras, directrice éditoriale, a fait preuve d'un profond discernement pour tailler dans la gigantesque ébauche et l'adapter au fil des nombreuses étapes de sa vie. La directrice artistique de Sounds True, Karen Polaski, a fourni des efforts marathoniens pour concevoir le formidable design du livre. Et Richard Wehrman, illustrateur, nous a livré les représentations les plus étonnantes et réalistes jamais créées.

Cet ouvrage a pris véritablement forme sous le regard perçant et le « crayon rouge » de Sheridan McCarthy, éditrice free-lance, qui a entrepris l'impossible tâche de donner un sens à ce que j'écrivais. Je n'ai pas assez de mots pour décrire ses talents, sa sagesse, son irréprochable discrétion, sa bonne humeur – car il lui a réellement fallu faire preuve d'humour pour revoir cette matière avec le perfectionnisme nécessaire (combien d'éditeurs doivent se poser des questions comme : « Combien de champs invisibles peuvent en réalité émaner d'un nombre apparemment infini de corps finis ? »). Son coéquipier, Stanton Nelson, l'a grandement épaulée à « défricher le terrain ».

À Cathy Scofield, mon amie et éditrice personnelle, un immense merci. Son dévouement pour ce projet l'a amenée à s'asseoir à mes côtés durant deux vols de douze heures (sans trouver le sommeil) entre Minneapolis et la Russie, à revoir mes premiers essais de rédaction de cet exposé et, une fois de retour à la maison, à rester debout toute la nuit pour recueillir mes notes et mes pensées (je ne suis pas sûre qu'elle veuille jamais revoir le mot *chakra*). Un merci également à la talentueuse et exaltante Marcia Jedd, qui a mené des recherches et m'a prêté main-forte pour la partie sur l'anatomie physique.

J'associe également à ces remerciements deux merveilleux (et brillants) êtres humains qui m'ont propulsée au stade de la découverte en me fournissant des ressources inestimables. Le premier est Steven Ross, PhD, qui n'a pas seulement rassemblé pour moi un grand nombre de recherches via son organisation, la World Research Foundation, mais m'a également encouragée. Je n'oublierai jamais l'un de ses messages, dans lequel il m'a indiqué de me faire confiance, ainsi qu'à ce projet et aux

guides supérieurs qui le supervisent. Dr Ralph Wilson, naturopathe, m'est également apparu au bon moment, en me dirigeant vers des personnes et des ressources dont les connaissances secrètes ont été mises en lumière dans ce livre.

Anthony J. W. Benson, directeur administratif, agent et capitaine aux commandes, mérite un plus grand merci encore que les mots ne peuvent l'exprimer. En fin de compte, je lui dois ce livre, car il est le seul à avoir insisté non seulement sur le fait que je devais l'écrire, mais aussi que j'en étais capable. Il est l'exemple d'une personne qui fusionne l'invisibilité de l'intégrité avec la visibilité de l'action éthique.

Et, enfin, quelle mère pourrait conclure ses remerciements sans exprimer sa reconnaissance à ses enfants ? À mon fils Michael, sois béni pour la personne que tu es et dans ta décision de devenir auteur à ton tour. Je culpabilise à présent moins de l'avoir obligé à vivre pendant vingt ans dans une cuisine aux armoires remplies de documents plutôt que de victuailles, à la table occupée par des ordinateurs et au réfrigérateur par des livres. Et à Gabe, je présente mes excuses pour les vacances de Noël à Disney World, durant lesquelles ta mère a bien passé neuf heures par jour à écrire. Merci d'avoir résumé le voyage en déclarant : « Maman, tu as vraiment besoin de vivre. »

PARTIE I

1. Vithoulkas (George), *La Science de l'homéopathie*, éd. du Rocher, 1993, trad. de *The Science of Homeopathy*, New York, Grove Weidenfeld, 1980, xii-xiii.
2. Pearsall (Paul), *The Heart's Code*, New York, Broadway, 1988, p. 13.
3. Lloyd (Seth), *Programming the Universe*, New York, Vintage, 2006, p. 69.
4. http://utut.essortment.com/whatisthehist_rgic.htm.
5. Oschman (James L.), « Science and the Human Energy Field », interview de William Le Rand dans *Reiki News Magazine* 1, n° 3, hiver 2002, disponible online sur www.reiki.org.
6. Ibid.
7. Ibid.
8. Ledwith (Míceál) et Heinemann (Klaus), *The Orb Project*, New York, Atria, 2007, xix.
9. Tiller (W. A.), Dibble Jr. (W. E.) et Kohane (M. J.), *Conscious Acts of Creation*, Walnut Creek, CA, Pavior Publishing, 2001.
10. Tiller (W. A.), Dibble Jr. (W. E.) et Fandel (J. G.), *Some Science Adventures with Real Magic*, Walnut Creek, CA, Pavior Publishing, 2005.
11. Ledwith et Heinemann, *The Orb Project*, xx.
12. Brennan (Barbara Ann), *Le pouvoir bénéfique des mains*, Tchou, 2011, trad. de *Hands of Light*, New York, Bantam, 1993, p. 49.
13. Gerber (Richard), *Vibrational Medicine*, Santa Fe, Bear & Co., 1988, p. 125-126.
14. Bendit (Lawrence) et Bendit (Phoebe), *The Etheric Body of Man*, Wheaton, IL, Theosophical Publishing House, 1977, p. 22.
15. www.le.ac.uk/se/centres/sci/selfstudy/particle01.html.
16. www.biomindsuperpowers.com ; www.tillerfoundation.com/energyfields.html ; Tiller (William), « Subtle Energies », *Science & Medicine* 6 (mai/juin 1999) ; Tiller (William A.), *Science and Human Transformation: Subtle Energies, Intentionality, and Consciousness*, Walnut Creek, CA, Pavior Publishing, 1997.
17. Oschman (James), « What is Healing Energy? Part 3: Silent Pulses », *Journal of Bodywork and Movement Therapies* 1, n° 3, avril 1997, p. 184.
18. Quigg (Chris), « The Coming Revolution in Particle Physics », *Scientific American*, février 2008, p. 46-53.
19. Lloyd, *Programming the Universe*, p. 111-112.
20. Ledwith et Heinemann, *The Orb Project*, p. 47.
21. Lloyd, *Programming the Universe*, p. 72.
22. Ibid., p. 66-67.
23. Ford (Kenneth), *The Quantum World*, Cambridge, MA, Harvard University Press, 2004, p. 34.
24. Lloyd, *Programming the Universe*, p. 112.
25. http://fr.wikipedia.org/wiki/Serment_d'Hippocrate.
26. Benor (Daniel J.), « Intuitive Assessments: An Overview », *Personal Spirituality Workbook*, www.WholisticHealingResearch.com.
27. McCraty (Rollin), Atkinson (Mike) et Trevor Bradley (Raymond), « Electrophysiological Evidence of Intuition: Part I. The Surprising Role of the Heart », *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 10, n° 1, 2004, p. 133.
28. Benson (Herbert) et Stark (Marg), *Timeless Healing*, New York: Scribner, 1996, p. 63.
29. www.medicalnewstoday.com/articles/84726.php.
30. Turner (J. A.) et al., « The Importance of Placebo Effects in Pain Treatment and Research », *JAMA* 271 (1994): p.

1609-1614.

31. Hardenberg (Tamar), « The Healing Power of Placebos », FDA consumer magazine, janvier-février 2000.
32. Levenson (R. W.) et Ruef (A. M.), « Physiological Aspects of Emotional Knowledge and Rapport » dans *Empathetic Accuracy*, éd. W. Ickes, New York: Guilford, 1997, p. 44-116.
33. Pearsall, *The Heart's Code*, p. 55.
34. McCraty (Rollin), *The Energetic Heart*, Boulder Creek, CA: HeartMath Institute Research Center, 2003, p. 1. (E-book: Publication n° 02-035, 2003, p. 8-10 ; www.heart-math.org).
35. Ibid., p. 1-5.
36. Ibid.
37. Ibid., 5.

PARTIE II

38. Edge (Hoyt L.) et al., *Foundations of Parapsychology: Exploring the Boundaries of Human Capability*, Boston: Routledge and Kegan Paul, 1986 ; Nash (Carroll B.), *Parapsychology: The Science of Psiology*, Springfield, IL: Charles C. Thomas, 1986 ; Rhine (J. B.), *Extrasensory Perception*, Boston: Branden, 1964 ; Rhine (Louisa E.), *ESP in Life and Lab: Tracing Hidden Channels*, New York: Macmillan, 1967 ; Rhine (Louisa E.), *Les voies secrètes de l'esprit*, Fayard, 1970.
39. Benor (D. J.), « Scientific Validation of a Healing Revolution », *Healing Research 1*, Spiritual Healing (supplément professionnel), Southfield, MI, Vision Publications, 2001, www.WholisticHealingResearch.com.
40. Eisenberg (David) et al., « Inability of an "Energy Transfer Diagnostician" to Distinguish Between Fertile and Infertile Women », *Medscape General Medicine* 3, 2001.
41. Les informations sur l'anatomie, ainsi que sur le métabolisme et les sens sont tirées des quatre ouvrages suivants : Bevan (James), *A Pictorial Handbook of Anatomy and Physiology*, New York: Barnes & Noble Books, 1996 ; Hougham (Paul), *Atlas of Mind, Body and Spirit*, New York: Gaia, 2006 ; Keefe (Emmet B.), *Introduction à Know Your Body: The Atlas of Anatomy*, Berkeley, CA: Ulysses Press, 1999 ; Albertine (Kurt) et Tracy (David), éd., *Anatomica's Body Atlas*, San Diego, CA: Laurel Glen Publishing, 2002.
42. www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=1634887 ; http://diabetes.diabetesjournals.org/cgi/content/full/53/suppl_1/S96 ; www.angelfire.com/pe/MitochondriaEve.
43. Siegel (G. J.), Agranoff (B. W.), Fisher (S. K.), Albers (R. W.) et Uhler (M. D.), *Basic Neurochemistry*, 6^e éd., Philadelphia: Lipincott Williams & Wilkins, 1999 ; www.iupac.org/publications/pac/2004/pdf/7602x0295.pdf.
44. www.medcareservice.com/microcurrent-therapy-Article.cfm.
45. www.sciencemaster.com/jump/life/dna.php.
46. Kimball (J. W.), « Sexual Reproduction in Humans: Copulation and Fertilization », *Kimball's Biology Pages* (basé sur *Biology*, 6^e éd., 1996), cité sur <http://en.wikipedia.org/wiki/Mitochondrion>.
47. Dawkins (Richard), *Il était une fois nos ancêtres, une histoire de l'évolution*, Robert Laffont, 2007.
48. Cann (R. L.), Stoneking (M.) et Wilson (A. C.), « Mitochondrial DNA and Human Evolution », *Nature* 325, 1987, p. 31-36 ; Sykes (Bryan), *Les Sept filles d'Eve*, Albin Michel, 2001.
49. Nelson (J. Lee), « Your Cells Are My Cells », *Scientific American*, février 2008, p. 73-79.
50. www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2007/01/22/AR2007012200942.html.
51. Watters (Ethan), « DNA is Not Your Destiny », *Discover*, novembre 2006, p. 32-37, p. 75.
52. McTaggart (Lynne), *Le champ de la cohérence universelle*, Ariane éd., 2008, trad. de *The Field*, New York: Harper Perennial, 2003, p. 44.
53. Ibid., p. 43-55.
54. Liberman (Jacob), *Lumière: Médecine du Futur*, Le Courrier du Livre, 2011, trad. de *Light: Medicine of the Future*, Santa Fe, NM: Bear & Co., 1991, p. 110.
55. A. Jernigan (David) et Joseph (Samantha), « Illuminated Physiology and Medical Uses of Light », *Subtle Energies & Energy Medicine* 16, n° 3, 2005: p. 251-269.
56. www.cell.com ; www.cell.com/content/article/abstract?uid=PIIS0092867407007015 ; Lee (N. K.), Sowa (H.), Hinoi (E.) et al., « Endocrine regulation of energy metabolism by the skeleton », *Cell* 130, n° 3, 10 août 2007 : p. 456-469.
57. www.rolf.org ; www.shands.org/health/imagepages/19089.htm.
58. Jernigan et Joseph, « Illuminated Physiology and Medical Uses of Light », p. 252-253.

59. Ibid., p. 255.
60. Church (Dawson), *The Genie in Your Genes*, Santa Rosa, CA: Elite Books, 2007, p. 137-138.
61. Wilken (Arden) et Wilken (Jack), « Our Sonic Pathways », *Subtle Energies & Energy Medicine* 16, n° 3, 2007, p. 271-282.
62. <http://en.wikipedia.org/wiki/Brain> ; Novitt-Moreno (Anne-D), *How Your Brain Works*, Emeryville, CA, Ziff-Davis Press, 1995.
63. Becker (Robert O.), « Modern Bioelectromagnetics & Functions of the Central Nervous System », *Subtle Energies & Energy Medicine* 3, n° 1, 1992: p. 53-72.
64. Amen (Daniel G), *Change Your Brain, Change Your Life*, New York: Three Rivers Press, 1998.
65. Ibid., p. 37-38.
66. Pert (Candace), *Molecules of Emotion: the Science Behind Mind–Body Medicine*, New York: Scribner, 1997.
67. Ibid., p. 23.
68. Ibid., p. 24-25.
69. Amen, *Change Your Brain, Change Your Life*, 143 ; Guiley (Rosemary Ellen), *Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal Experience*, Edison, NJ, Castle Books, 1991, 58.
70. Jedd (Marcia), « Where Do You Want to Go Today ? », interview avec Skip Atwater du Monroe Institute, *Fate Magazine*, juillet 1998, p. 36.
71. [http://en.wikipedia.org/wiki/David_Cohen_\(physicist\)](http://en.wikipedia.org/wiki/David_Cohen_(physicist)).
72. Ibid.
73. www.affs.org/html/biomagnetism.html ; Lindsay (Bethany), « The Compasses of Birds », *The Science Creative Quarterly* 2 (septembre-novembre 2006), www.scq.ubc.ca/?p=173 ; www.item-bioenergy.com.
74. Guiley, *Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal*, p. 58.
75. Hougham, *Atlas of Mind, Body and Spirit*, p. 30 ; Amen, *Change Your Brain, Change Your Life*, p. 143.
76. Guiley, *Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal*, p. 48-49.
77. « Alleviating Diabetes Complications », *M, U of Michigan Alumni newsletter*, automne 2007, p. 5.
78. www.item-bioenergy.com
79. Haimov (I.) et Lavie (P.), « Melatonin—A Soporific Hormone », *Current Directions in Psychological Science* 5, 1996, p. 106-111
80. Dale (Cyndi), *Advanced Chakra Healing: Energy Mapping on the Four Pathways*, Berkeley, CA: Crossing, 2005), p. 4, 139, 272.
81. www.acutcmdetox.com/tryptophan2.html ; <http://en.wikipedia.org/wiki/Tryptophan>.
82. http://lila.info/document_view.phtml?document_id=21, faisant référence à de multiples travaux, dont S. M. Roney-Dougal, « Recent Findings Relating to the Possible Role of the Pineal Gland in Affecting Psychic Abilities », *The Journal of the Society for Psychical Research* 56, 1989, p. 313-328.
83. Ibid., faisant référence à Callaway (J. C.), « A Proposed Mechanism for the Visions of Dream Sleep », *Medical Hypotheses* 26, 1988, p. 119-124.
84. Ibid.
85. Dale (Cyndi), *Advanced Chakra Healing: Heart Disease*, Berkeley, CA, Crossing, 2007, p. 6-7.
86. Harrod Buhner (Stephen), *The Secret Teachings of Plants*, Rochester, VT, Bear & Co., 2004, p. 82.
87. Ibid., p. 79.
88. Ibid., p. 103.
89. Ibid., p. 103-115.
90. Ibid., p. 61.
91. Ibid., p. 83.
92. Bair (Puran), « Visible Light Radiated from the Heart with Heart Rhythm Meditation », *Subtle Energies & Energy Medicine* 16, n° 3, 2005, p. 211-223.
93. <http://fr.wikipedia.org/wiki/Métabolisme> ; <http://www.vivo.colostate.edu/hbooks/pathphys/endocrine/bodyweight/leptin.html>.
94. www.merck.com/mmhe/sec09/ch118/ch118a.html ; <http://fr.wikipedia.org/wiki/Digestion>.
95. www.merck.com/mmhe/sec09/ch118/ch118a.html ; Novitt-Moreno, *How Your Brain Works* ; <http://psychologytoday.com/articles/pto-19990501-000013.html> ; Gershon (Michael), *The Second Brain*, New York, HarperCollins, 1999.

96. psychologytoday.com/articles/pto-19990501-000013.html.
97. http://en.wikipedia.org/wiki/Excretory_system.
98. http://en.wikipedia.org/wiki/Male_genital_organ ; www.kidshealth.org/parent/genetal/body_basics/female_reproductive_system.html.
99. <http://preventdisease.com/healthtools/articles/bmr.html>.
100. www.trueorigin.org/atp.asp.
101. <http://en.wikipedia.org/wiki/Taste>.

PARTIE III

102. www.spaceandmotion.com/Physics-Quantum-Theory-Mechanics.htm.
103. <http://imagine.gsfc.nasa.gov/docs/science/known/emspectrum.html> ; Berman (J. D.) et Straus (S. E.), « Implementing a Research Agenda for Complementary and Alternative Medicine », Annual Review of Medicine, 55, 2004, p. 239-254.
104. www.teachersdomain.org/resources/lsps07/sci/phys/energy/waves/index.html.
105. Lloyd, Programming the Universe; Ford, The Quantum World.
106. Suplee (Curt), « The Speed of Light Is Exceeded in Lab: Scientists Accelerate a Pulse of Light », Washington Post, 20 juillet 2000, A01 ; Wang (L. J.), Kuzmich (A.) et Dogariu (A.), « Gain-assisted Superluminal Light Propagation », Nature, 20 juillet 2000.
107. Ford, The Quantum World, 242.
108. Dossey (Larry), Alternative Therapies in Health and Medicine 8, n° 2, 2002, p. 12-16, 103-110 ; www.noetic.org/research/dh/articles/HowHealingHappens.pdf.
109. Vestergaard Hau (Lene), « Frozen Light », Scientific American, mai 2003, p. 44-51.
110. McTaggart (Lynne), Le Champ de la cohérence universelle, Ariane éd., 2008.
111. <http://hyperphysics.phy-astr.gsu.edu/hbase/ems3.html> ; www.magnetotherapy.de/Schumann-waves.152.0.html
112. www.magnetotherapy.de/Bioenergetically-active-signals.153.0.html.
113. Isaacson (Michael) et Klimek (Scott), « The Science of Sound », lecture notes, Normandale College, Bloomington, MN, printemps 2007.
114. Meyl (Konstantin), trad. Ben Jansen, « Scalar Waves: Theory and Experiments 1 », Journal of Scientific Exploration 15, n° 2, 200, p. 199-205.
115. Devereux (Paul), La géographie sacrée, Véga, 2010 ; Carlson (John B.), « Lodestone Compass: Chinese or Olmec Primacy ? », Science, 5 septembre 1975, p. 753-760.
116. Jacka (Judy), The Vivaxis Connection: Healing Through Earth Energies, Charlottesville, VA: Hampton Roads, 2000, p. 197.
117. Ibid., p. 198.
118. Jacka, The Vivaxis Connection.
119. Ibid., p. 6.
120. Ross (Steven), « Magnetic Effects on Living Organisms », World Research News, 2nd Quarter 2007.
121. www.wrf.org/alternative-therapies/magnetic-effects-on-living-organisms.php.
122. Lakhovsky (Georges), The Secret of Life, Londres, True Health Publishing, 1963.
123. Crile (George W.), A Bipolar Theory of Living Processes, New York, Macmillan, 1926.
124. Crile (George W.), « A Bipolar Theory of the Nature of Cancer », Annals of Surgery LXXX, n° 3, septembre 1924, p. 289-297.
125. Colson (Thomas), Molecular Radiations, San Francisco, Electronic Medical Foundation, 1953, p. 140-141.
126. Seidel (R. E.) et Winter (M. Elizabeth), « The New Microscopes », Journal of Franklin Institute 237, n° 2, février 1944, p. 103-130.
127. Ross (Jesse), « Results, Theories, and Concepts Concerning the Beneficial Effects of Pulsed High Peak Power Electromagnetic Energy (Diapulse Therapy) in Accelerating the Inflammatory Process and Wound Healing », article présenté à la Bioelectromagnetics Society, 3rd Annual Conference, Washington DC, 9-12 août 1981 ; Dr Euclid-Smith, « Report on 63 Case Histories », disponible par la World Research Foundation.
128. Ross (Steven), « The Waves that Heal: Georges Lakhovsky's Multiple Wave Oscillator », World Research News, 2nd Quarter, 1996, p. 1.

129. Ibid., p. 5.
130. Ross (Steven), confirmé dans un courriel à l'auteur, 4 mars 2008.
131. Ibid.
132. Davis (Albert Roy) et Rawls Jr. (Walter C.), *Magnetism and Its Effects on the Living System*, Hicksville, NY, Exposition Press, 1974 ; Davis (Albert Roy) et Rawls Jr. (Walter C.), *The Magnetic Effect*, Kansas City, Acre, 1975.
133. Ross, « The Electrical Patterns of Life », p. 1-2.
134. <http://en.wikipedia.org/wiki/L-field>.
135. Russell (Edward), *Design for Destiny*, Londres, Neville Spearman Ltd., 1971, p. 58.
136. Watson (Peter), *Twins: An Uncanny Relationship?*, New York, Viking, 1981 ; Lyon Playfair (Guy), *Twin Telepathy: The Psychic Connection*, New York, Vega, 2003.
137. McCraty (Rollin), Atkinson (Mike) et Trevor Bradley (Raymond), « Electrophysiological Evidence of Intuition: Part 2. A System-Wide Process? », *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 10, n° 2, 2004, p. 325-336.
138. Russell, *Design for Destiny*, p. 59.
139. Ibid., p. 60.
140. Ibid., p. 61-62.
141. Ibid., p. 62.
142. Cayce (E.) et Cayce (L.), *The Outer Limits of Edgar Cayce's Power*, New York, Harper and Row, 1971 ; McGarey (W. A.), *Les Remèdes d'Edgar Cayce*, éd. du Rocher, 1996.
143. Shealy (C. N.) et Srinivasan (T. M.), éd., *Clairvoyant Diagnosis: Energy Medicine Around the World*, Phoenix, AZ, Gabriel Press, 1988.
144. <http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=1361216>.
145. Tiller (W. A.), Dibble Jr. (W. E. R.), Nunley et al., « Toward General Experimentation and Discovery in Conditioned Laboratory Spaces: Part I. Experimental pH Change Findings at Some Remote Sites », *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 10, n° 1, 2004, p. 145-157.
146. Oschman (James), *Energy Medicine*, New York: Churchill Livingstone, 2000, p. 60.
147. Russell, *Design for Destiny*, p. 70.
148. www.mercola.com/2000/aug/13/geopathic_stress.htm.
149. Albohm (Anders), Cardis (Elisabeth), Green (Adele), Linet (Martha), Savitz (David) et Swerdlow (Anthony), « Review of the Epidemiologic Literature on EMF and Health », *Environmental Health Perspectives* 109, n° S6, décembre 2001, p. 9 ; Tynes (Tore), Klaeboe (L.) et Haldorsen (T.), « Residential and Occupational Exposure to 50 Hz Magnetic Fields and Malignant Melanoma: A Population Based Study », *Occupational and Environmental Medicine* 60, n° 5, mai 2003, p. 343-347 ; Wertheimer (N.) et Leeper (E.), « Electrical Wiring Configurations and Childhood Cancer », *American Journal of Epidemiology* 109, 1979, p. 273-284 ; Albohm (Anders), « Neurodegenerative Diseases, Suicide and Depressive Symptoms in Relation to EMF », *Bioelectromagnetics* 5, p. S132-143 ; Hansen (J.), « Increased Breast Cancer Risk Among Women Who Work Predominantly at Night », *Epidemiology* 12, n° 1, janvier 2001, p. 74-77 ; Cao (Y. N.), Zhang (Y.) et Liu (Y.), « Effects of Exposure to Extremely Low Frequency Electromagnetic Fields on Reproduction of Female Mice and Development of Offspring », *Zhonghua Lao Dong Wei Sheng Zhi Ye Bing Za Zhi* 24, n° 8, août 2006, p. 468-470.
150. Gerber (Richard), *A Practical Guide to Vibrational Medicine*, New York: HarperCollins, 2000, p. 282.
151. www.darvill.clara.net/emag/emagradio.htm.
152. www.mercola.com/forms/ferrite_beads.htm.
153. <http://sprott.physics.wisc.edu/demobook/chapter6.htm>.
154. <http://hyperphysics.phy-astr.gsu.edu/hbase/ems3.html>.
155. www.darvill.clara.net/emag/emaggamma.htm.
156. www.mercola.com/article/microwave/hazards2.htm.
157. <http://hyperphysics.phy-astr.gsu.edu/hbase/ems3.html>.
158. www.springerlink.com/index/Q192636T8232T247.pdf ; Gerber, *Practical Guide to Vibrational Medicine*, p. 274.
159. www.magnetotherapy.de/Bioenergetically-active-signals.153.0.html ; www.magneto-therapy.de/Schumann-waves.152.0.html
160. Jacka, *The Vivaxis Connection*, 197.
161. « The Scientific Basis for Magnet Therapy—Analytical Research Report », *Innovation Technologies and Energy Medicine*, www.item-bioenergy.com ; www.shokos.com/science.htm ; www.consumerhealth.org/articles/display.cfm?

162. Gerber, Practical Guide to Vibrational Medicine, p. 279.
163. Ibid.
164. Ibid., p. 279-280.
165. Ibid., p. 128.
166. Ibid., p. 280-288.
167. Ibid., p. 267-268.
168. Lee (G. M.), Yost (Michael), Neutra (R. R.), Hristova (L.) et Hiatt (R. A.), « A Nested Case-Control Study of Residential and Personal Magnetic Field Measures and Miscarriages », *Epidemiology* 13, n° 1, janvier 2002, p. 21-31 ; Li (De-Kun), Odouli (Roxana), Wi (S.), Janevic (T.), Golditch (I.), Bracken (T. D.), Senior (R.), Rankin (R.) et Iriye (R.), « A Population-Based Prospective Cohort Study of Personal Exposure to Magnetic Fields During Pregnancy and the Risk of Miscarriage », *Epidemiology* 13, n° 1, janvier 2002: p. 9-20 ; Feychting (Maria), Ahlbom (Anders), Jonsson (F.) et Pederson (N. L.), « Occupational Magnetic Field Exposure and Neurodegenerative Disease », *Epidemiology* 14, n° 4, juillet 2003, p. 413-419 ; Hakansson (Niklas), Gustavsson (P.), Floderus (Birgitte) et Johansen (Christof), « Neurodegenerative Diseases in Welders and Other Workers Exposed to High Levels of Magnetic Fields », *Epidemiology* 14, n° 4, juillet 2003, p. 420-426 ; Tynes (Tore), Kjaerboe (L.) et Haldorsen (T.), « Residential and Occupational Exposure to 50 Hz Magnetic Fields and Malignant Melanoma: A Population Based Study », *Occupational and Environmental Medicine* 60, n° 5, mai 2003, p. 343-347.
169. Becker (Robert O.), « Modern Bioelectromagnetics and Functions of the Central Nervous System », *Subtle Energies* 3, n° 1, p. 6.
170. Gerber, Practical Guide to Vibrational Medicine, p. 276.
171. Ibid., 62.
172. Ibid., p. 63.
173. Davis et Rawls, Magnetism and Its Effects on the Living System; Trappier (A.) et al., « Evolving Perspectives on the Exposure Risks from Magnetic Fields », *Journal of the National Medical Association* 82, n° 9, septembre 1990, p. 621-624 ; Davis et Rawls, The Magnetic Effect.
174. Gerber, Practical Guide to Vibrational Medicine, p. 275.
175. Keller (E.), « Effects of Therapeutic Touch on Tension Headache Pain », *Nursing Research* 35, 1986, p. 101-105 ; Wirth (D. P.), « The Effect of Non-Contact Therapeutic Touch on the Healing Rate of Full Thickness Dermal Wounds », *Subtle Energies* 1, 1990, p. 1-20 ; Rein (G.) et McCraty (R.), « Structural Changes in Water and DNA Associated with New 'Physiologically' Measurable States », *Journal of Scientific Exploration* 8, 1994, p. 438-439 ; Kissinger (Jeanette) et Kaczmarek (Lori), « Healing Touch and Fertility: A Case Report », *Journal of Perinatal Education* 15, n° 2, p. 13-20.
176. Benor (Daniel J.), « Distant Healing, Personal Spirituality Workbook », *Subtle Energies* 11, n° 3, 2000, p. 249-264 ; www.WholisticHealingResearch.com.
177. www.healingtouchinternational.org.
178. Byrd (R. C.), « Positive Therapeutic Effects of Intercessory Prayer in a Coronary Care Unit Population », *Southern Medical Journal* 81, n° 7, 1988, p. 826-829.
179. Oschman, Energy Medicine.
180. Russek (L.) et Schwartz (G.), « Energy Cardiology: A Dynamical Energy Systems Approach for Integrating Conventional and Alternative Medicine », *Journal of Mind-Body Health* 12, n° 4, 1996, p. 4-24.
181. Benor (Daniel J.), « Spiritual Healing as the Energy Side of Einstein's Equation », www.WholisticHealingResearch.com.
182. Siskin (B. F.) et Walder (J.), « Therapeutic Aspects of Electromagnetic Fields for Soft Tissue Healing », dans *Electromagnetic Fields: Biological Interactions and Mechanisms*, éd. M. Blank, Washington, DC, American Chemical Society, 1995, p. 277-285.
183. Zimmerman (J.), « Laying-on-of-Hands Healing and Therapeutic Touch: A Testable Theory », *BEMI Currents, Journal of the BioElectromagnetics Institute* 2, 1990, p. 8-17.
184. Benford (M. S.), « Radiogenic Metabolism: An Alternative Cellular Energy Source », *Medical Hypotheses* 56, n° 1, 2001, p. 33-39.
185. Haisch (B.) et Rueda (A.), « A Quantum Broom Sweeps Clean », *Mercury* 25, n° 2, mars/avril 1996, p. 2-15.
186. Panov (V.), Kichigin (V.), Khaldeev (G.) et al., « Torsion Fields and Experiments », *Journal of New Energy* 2, 1997, p. 29-39.
187. Ledwith et Heinemann, The Orb Project, p. 54-55.

188. www.byregion.net/articles-healers/Sound_DNA.html.
189. www.sciencedaily.com/releases/1998/09/980904035915.htm.
190. www.chiro.org/ChiroZine/ABSTRACTS/Cervical_Spine_Geometry.shtml.
191. www.healingsounds.com.
192. Alpert (Mark), « The Triangular Universe », Scientific American, février 2007, p. 24.
193. Evans (John), Mind, Body and Electromagnetism, Dorset, UK, Element, 1986, p. 134 ; http://www.0disease.com/0platinicolid_rest.html.
194. www.sacredsites.com/europe/ireland/tower_of_cashel.html.
195. Callahan (P. S.), « The Mysterious Round Towers of Ireland: Low Energy Radio in Nature », The Explorer's Journal, été 1993, p. 84-91.
196. Lisle (Harvey), The Enlivened Rock Powders, Shelby, NC, Acres, 1994.
197. Gamble (Steve), « Healing Energy and Water », www.hado.net.
198. Suddath (Ralph), « Messages from Water: Water's Remarkable Expressions », www.hado.net.
199. Ibid.
200. Ibid.
201. www.redicecreations.com/specialreports/2006/01jan/solfeggio.html.
202. Ibid.
203. Ibid.
204. www.byregion.net/articles-healers/Sound_DNA.html.
205. Ibid.
206. Ibid.
207. Shermer (Michael), « Rupert's Resonance », Scientific American, novembre 2005, p. 19 ; Sheldrake (Rupert), Une nouvelle science de la vie, éd. du Rocher, 2003.
208. Brennan, Le pouvoir bénéfique des mains, Tchou, 2011, trad. de Hands of Light, p. 49.
209. Bendit et Bendit, The Etheric Body of Man, p. 22.
210. Gerber, Practical Guide to Vibrational Medicine, p. 125-126.
211. White (John) et Krippner (Stanley), Future Science, New York, Anchor, 1977.
212. http://en.wikipedia.org/wiki/Jan_Baptist_van_Helmont ; www.theosociety.org/pasadena/fund/fund-10.htm.
213. <http://gvanv.com/compass/arch/v1402/albanese.html>.
214. http://en.wikipedia.org/wiki/Odic_force ; www.bearcy.com/handsoflight5.html.
215. Kilner (Walter J.), The Human Aura, New York, University Books, 1965.
216. Reich (Wilhelm), The Discovery of the Orgone, Vol. 1, The Function of the Orgasm, trad. Theodore P. Wolfe, New York: Orgone Institute Press, 1942, 2^e éd., New York: Farrar, Straus and Giroux, 1961 ; Reich (Wilhelm), La Biopathie du cancer, Payot, 1975.
217. Bendit (P. D. et L. J.), Man Incarnate, Londres: Theosophical Publishing House, 1957.
218. Kunz (Dora) et Peper (Erik), « Fields and Their Clinical Implications », The American Theosophist, décembre 1982: p. 395.
219. www.mietekwirkus.com/testimonials_friedman.html.
220. Hunt (Valerie V.), Massey (Wayne W.), Weinberg (Robert), Bruyere (Rosalyn) et Hahn (Pierre M.), « A Study of Structural Integration from Neuromuscular, Energy Field, and Emotional Approaches », 1977, sponsorisé par le Rolf Institute of Structural Integration ; www.rolf.com.au/downloads/ucla.pdf.
221. Oschman, Energy Medicine.
222. Ibid., 30.
223. Ibid., 34.
224. Brennan, Le pouvoir bénéfique des mains, Tchou, 2011, trad. de Hands of Light, p. 34.
225. Evans, Mind, Body and Electromagnetism, p. 22.
226. Dale, Advanced Chakra Healing, p. 131-132.
227. Ibid., p. 47-54.
228. Ibid.
229. Gerber, Practical Guide to Vibrational Medicine, p. 146.

230. Whale (Jon), « Core Energy Surgery for the Electromagnetic Body », www.positivehealth.com/article-list.php?subjectid=95.
231. www.sevenraystoday.com/sowhatarethesevenrays.htm.
232. Hahnemann (Samuel), *Organon*, 5^e éd., R.C. Tandon: B. Jain Publishers Pvt. Ltd., 2002.

PARTIE IV

233. Galambos (Imre), « The Origins of Chinese Medicine: The Early Development of Medical Literature in China », sur www.zhenjiu.de/Literature/Fachartikel/englisch/origins-of.htm ; www.lgoi.com/notes/chinese_medicine.html ; Pokert (Manfred), *The Theoretical Foundations of Chinese Medicine: Systems of Correspondence*, Cambridge, MA, MIT Press, 1974 ; Sivin (Nathan), « Huangdi Neijing », dans *Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide*, éd. Michael Loewe, Berkeley, CA, IEAS, 1993.
234. www.lgoi.com/notes/chinese_medicine.html.
235. www.compassionateacupuncture.com ; www.peacefulmind.com.
236. Pokert, *Theoretical Foundations of Chinese Medicine*; www.acupuncture.com/education/tcmbasics/mienshiang.htm ; <http://biologie.wewi.eldoc.ub.rug.nl/FILES/root/publ/2006/acupunctuur/rap69acupunctuur.pdf> ; www.compassionateacupuncture.com/How%20Acupuncture%20Works.htm ; www.emofree.com/Research/meridianexistence.htm ; Ted Kaptchuk, *Comprendre la médecine chinoise, la toile sans tisserand*, Vigot, 1999 ; Henry C. Lu, *Traditional Chinese Medicine* (Laguna Beach, CA: Basic Health Publications, 2005) ; Giovanni Maciocia, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Elsevier, 2008 ; Giovanni Maciocia, *La Pratique de la médecine chinoise*, Elsevier, 2011 ; www.acupuncture.com ; www.acupuncture.com/education/theory/acuintro.htm ; <http://nccam.nih.gov/health/acupuncture/> ; www.informit.com/articles/article.aspx?p=174361
237. <http://tcm.health-info.org/WHO-treatment-list.htm> ; [http://en.wikipedia.org/wiki/Meridian_\(Chinese_medicine\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Meridian_(Chinese_medicine)).
238. Carnie (L. V.), *Chi Gung*, St. Paul, MN, Llewellyn, 1997 ; Waysun (Liao), *The Essence of T'ai Chi*, Boston, Shambhala, 1995.
239. www.informit.com/articles/article.aspx?p=174361.
240. www.matzkefamily.net/doug/papers/tucson2b.html.
241. <http://paraphysics-research-institute.org/Contents/Articles/Physics%20and%20the%20Paranormal.htm>
242. Kidson (Ruth), *Acupuncture for Everyone*, Rochester, VT, Healing Arts, 2000, p. 34.
243. Ibid. ; www.compassionateacupuncture.com/How%20Acupuncture%20Works.htm
244. www.peacefulmind.com/articlesa.htm.
245. Taubes (Gary), « The Electric Man », *Discover*, avril 1986, p. 24-37.
246. Nordenström (Björn), *Biologically Closed Electric Circuits: Clinical, Experimental and Theoretical Evidence for an Additional Circulatory System*, Stockholm: Nordic Medical Publications, 1983.
247. Ibid., p. 26.
248. www.ursus.se/ursus/publications.shtml.
249. Ibid.
250. Becker (Robert O.), *Cross Currents*, New York, Penguin, 1990, p. 159.
251. Ibid., p. 159-160.
252. Ibid., p. 153-154.
253. Rubik, « Can Western Science Provide a Foundation for Acupuncture? ».
254. www.peacefulmind.com/articlesa.htm
255. Giraud-Guille (M. M.), « Twisted Plywood Architecture of Collagen Fibrils in Human Compact Bone Osteons », *Calcified Tissue International* 42, 1988, p. 167-180.
256. Tiller, *Science and Human Transformation*, p. 117-119.
257. Ibid., p. 120.
258. www.astronutrition.com ; www.healthguidance.org/entry/3441/1/Hyaluronic-Acid-The-Fountain-of-Youth.Html.
259. Weigel (P. H.), Fuller (G. M.) et LeBoeuf (R. D.), « A Model for the Role of Hyaluronic Acid and Fibrin in the Early Events During the Inflammatory Response and Wound Healing », *Journal of Theoretical Biology* 119, n° 2, 1986, p. 219-234.
260. www.naturalworldhealing.com/body-energy-imaging-proposal.htm.
261. www.energymed.org/hbank/handouts/harold_burr_biofields.htm.

262. www.bibliotecapleyades.net/ciencia/ciencia_humanmultidimensionaanatomy.htm.
263. [http://links.jstor.org/sici?sici=0305-7410\(196507%2F09\)23%3C28%3ACTMAPV%3E2.0.CO%3B2-9](http://links.jstor.org/sici?sici=0305-7410(196507%2F09)23%3C28%3ACTMAPV%3E2.0.CO%3B2-9) ; Rose-Neil (S.), « The Work of Professor Kim Bonghan », *The Acupuncturist* 1, n° 15, 1967: p. 15-19 ; Tiller (W.), « Some Energy Observations of Man and Nature », *The Kirlian Aura*, Garden City, NY: Doubleday, 1974, p. 123-145.
264. www.biomeridian.com/virtual-medicine.htm.
265. Zhu (Z.-X.), « Research Advances in the Electrical Specificity of Meridians and Acupuncture Points », *American Journal of Acupuncture* 9, 1981, p. 203-216.
266. www.medicalacupuncture.com/aama_marf/journal/vol13_1/article7.html.
267. <http://sci.tech-archive.net/Archive/sci.physics/2005-02/4794.html> ; <http://marquis.rebsart.com/dif.html> ; Dumitrescu (I. F.), « Contribution to the Electro-Physiology of the Active Points », *International Acupuncture Conference*, Bucharest, Romania, 1977, cité dans « Research Advances in the Electrical Specificity of Meridians and Acupuncture Points », *American Journal of Acupuncture* 9, n° 3, 1981, p. 9.
268. Mussat (M.), trad. Serejski (E.), *Acupuncture Networks* 2, 1997.
269. <http://biologie.wewi.eldoc.ub.rug.nl/FILES/root/publ/2006/acupunctuur/rap69acupunctuur.pdf> ; Chen (Jia-Xu) et Ma (Sheng-Xing), *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 11, n° 3, 2005, p. 423-431.
270. de Vernejoul (P.) et al., « Étude des méridiens d'acupuncture par les traceurs radioactifs », *Bulletin de l'Académie nationale de Médecine*, Paris, 169, octobre 1985, p. 1071-1075.
271. Darras, de Vernejoul et Albarède, « A Study on the Migration of Radioactive Tracers after Injection at Acupoints ».
272. Ibid. ; Gallo, « Evidencing the Existence of Energy Meridians ».
273. Rubik, « Can Western Science Provide a Foundation for Acupuncture? ».
274. Ibid. ; www.peacefulmind.com/articlesa.htm.
275. Motoyama (Hiroshi) et Brown (Rande), *Science and the Evolution of Consciousness*, Brookline, MA, automne, 1978, p. 112-113, 145-147.
276. Nagahama (Yoshio) et Maruyama (Masaaki), *Studies on Keiraku*, Tokyo: Kyorinshoin Co. Ltd., 1950, cité dans Motoyama, *Science and the Evolution of Consciousness*, p. 112-113.
277. www.holisticonline.com/LightTherapy/light_conductor.htm.
278. Motoyama (Hiroshi), Chevalier (Gaetan), Ichikawa (Osamu) et Baba (Hideki), « Similarities and Dissimilarities of Meridian Functions Between Genders », *Subtle Energies & Energy Medicine* 14, n° 3, 2003, p. 201-219.
279. Olszewski (David) et Breiling (Brian), « Getting into Light: The Use of Phototherapy in Everyday Life », dans *Light Years Ahead*, éd. Brian Breiling, Berkeley, CA, Celestial Arts, 1996, p. 286.
280. www.yinyanghouse.com/acupuncturepoints/locations_theory_and_clinical_applications.
281. www.chinesemedicinesampler.com/acupuncture.html.
282. www.acupuncture.com.au/education/acupoints/category-antique.html ; www.yinyanghouse.com/acupuncturepoints/point_categories.
283. Lewith (George T.), White (Peter J.) et Pariente (Jeremie), « Investigating Acupuncture Using Brain Imaging Techniques: The Current State of Play », <http://ecam.oxfordjournals.org/cgi/content/full/2/3/315>.
284. Maciocia, *Les Principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Elsevier, 2008 ; Maciocia, *La Pratique de la médecine chinoise*, Elsevier, 2011.
285. Tiller (William), *Science and Human Transformation*, Walnut Creek, CA: Pavior Publishing, 1997, p. 121.
286. Ibid.
287. Evans, *Mind, Body and Electromagnetism*, p. 43.
288. Motoyama et Brown, *Science and the Evolution of Consciousness*, p. 81-85.
289. Ibid., p. 81-86.
290. www.windemereschoolofmassage.com/meridian/LightBody/villoldo2.asp.
291. Garcia (Hernan), Sierra (A.), Balam (H.) et Conant (J.), *Wind in the Blood: Mayan Healing & Chinese Medicine*, Taos, NM, Redwing Books, 1999.

PARTIE V

292. www.periodensystem.ch/Tmax_english.html ; <http://tuberoze.com/meridians.html>.
293. Hauck (Dennis William), *The Emerald Tablet*, New York, Penguin, 1999, p. 51.
294. Bhattacharyya (N. N.), *History of the Tantric Religion*, 2^e éd. rev., New Delhi, Manohar, 1999, p. 385-386.

295. Avalon (Arthur), *La Puissance du serpent*, Dervy, 2006, trad. de *The Serpent Power*, New York, Dover, 1974, p. 1-18.
296. Brennan, *Le pouvoir bénéfique des mains*, Tchou, 2011, trad. de *Hands of Light*, p. 54.
297. Raphaell (Katrina), *The Crystalline Transmission*, Santa Fe, NM, Aurora Press, 1990, p. 19-38.
298. Shola Arewa (Caroline), *Opening to Spirit*, New York: Thorsons/HarperCollins, 1998, p. 51.
299. Ibid., p. 54.
300. Bernal (Martin), *Black Athena*, PUF, 1999.
301. Arewa, *Opening to Spirit*, p. 51-53.
302. Ibid., p. 57.
303. Ashby (Muata), *Egyptian Yoga Volume I: The Philosophy of Enlightenment*, 2nd ed., U.S.A., Sema Institute/C.M. Book Publisher, 2005 ; Ashby (Muata), *The Black African Egyptians*, U.S.A., Sema Institute/C.M. Book Publisher, 2007.
304. Avalon (Arthur), *La Puissance du serpent*, Dervy, 2006, trad. de *The Serpent Power*, p. 2.
305. Leadbeater (C. W.), *Les Chakras*, Adyar, 1996.
306. Judith (Anodea), *Eastern Body Western Mind: Psychology and the Chakra System as a Path to the Self*, Berkeley, CA: Celestial Arts, 1996.
307. Avalon (Arthur), *La Puissance du serpent*, Dervy, 2006, trad. de *The Serpent Power*, p. 36.
308. Ozaniec (Naomi), *Initiation aux chakras*, éd. du Rocher, 1995 ; www.universal-mind.org/Chakra_pages/ProofOfExistence.htm ; www.bioenergyfields.org.
309. www.emaxhealth.com/26/1115.html.
310. Hunt (Valerie), Massey (Wayne W.), Weinberg (Robert), Bruyere (Rosalyn) et Hahn (Pierre M.), « A Study of Structural Integration from Neuromuscular, Energy Field, and Emotional Approaches », Abstract, 1977, www.somatics.de/HuntStudy.html.
311. Karagulla (Shafica), *The Chakras and Human Energy Fields*, Wheaton, IL: Quest, 1989.
312. www.bibliotecapleyades.net/ciencia/ciencia_humanmultidimensiona anatomy.htm.
313. www.bibliotecapleyades.net/ciencia/ciencia_humanmultidimensiona anatomy.htm.
314. Motoyama et Brown, *Science and the Evolution of Consciousness*, p. 86.
315. Johari (Harish), *Chakras: Centres d'énergie de Transformation*, Médicis, 2003.
316. Avalon (Arthur), *Mahanirvana Tantra*, Lodi, CA, Auromere, 1985.
317. Avalon (Arthur), *La Puissance du serpent*, Dervy, 2006, trad. de *The Serpent Power*, p. 261.
318. Varenne (Jean), *Le yoga et la tradition hindoue*, Retz, 1976.
319. www.beezone.com/DevatmaShakti/Chapter7.html.
320. www.wholebeingexplorations.com/matrix/SpSt/nadis.htm.
321. Glassey (Don), « Life Energy and Healing: The Nerve, Meridian and Chakra Systems and the CSF Connection », www.ofspirit.com/donglassey1.htm.
322. Johari, *Chakras: Centres d'énergie de Transformation*, Médicis, 2003, trad. de *Chakras*, p. 29-30.
323. Ibid., p. 29-41 ; Varenne, *Le yoga et la tradition hindoue*, Retz, 1976.
324. Palamidessi (Tommaso), *The Caduceus of Hermes*, éd. Archeosofica (1969) ; tiré de [http://en.wikipedia.org/wiki/Nadi_\(yoga\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Nadi_(yoga)).
325. Varenne, *Le yoga et la tradition hindoue*, Retz, 1976.
326. www.sunandmoonstudio.com/YogaArticle/InvisibleAnatomy.shtml ; Johari, *Chakras*, p. 16-17.
327. Varenne, *Le yoga et la tradition hindoue*, Retz, 1976.
328. Ibid.
329. Tenzin Wangyal Rinpoché, *Guérir par les formes, l'énergie et la lumière*, Claire Lumière, 2004, trad. de *Healing with Form, Energy, and Light*, Ithaca, NY, Snow Lion, 2002.
330. Ibid., xix-xxi.
331. Tenzin Wangyal Rinpoché, *Tibetan Sound Healing*, Boulder, CO, Sounds True, 2006.
332. Tchangtchoub (Gyalwa) et Nyingpo (Namkhai), trad. Comité de traduction Padmakara, *La Vie de Yéshé Tsogyal*, Padmakara, 1997.
333. Men (Hunbatz), *Religion / Science / Maya*, SEPT, 1998, trad. de *Secrets of Mayan Science/ Religion*, Santa Fe, NM: Bear & Co., 1990, p. 58.

334. Ibid.
335. Ibid., p. 111.
336. Ywahoo (Dhyani), *Sagesse amérindienne*, éd. du Jour, 1999, trad. de *Voices of Our Ancestors*, Boston, MA, Shambhala, 1987.
337. Ibid., p. 273-277.
338. Ibid., p. 19.
339. Ibid., p. 90.
340. Ibid., p. 29.
341. Ibid., p. 100-103.
342. Villodo, *Chaman des Temps modernes*, éd. ADA, 2008, trad. de *Shaman, Healer*, Sage, p. 106.
343. Ibid., p. 76.
344. Lansdowne (Zachary), *The Revelation of Saint John*, York Beach, ME, Red Wheel/Weiser, 2006.
345. Ibid., p. 68.
346. Wisner (Kerry), *Song of Hathor: Ancient Egyptian Ritual for Today*, Nashua, NH, Hwt-Hrw Publications, 2002 ; www.spiritmythos.org/TM/9energybodies.html ; www.theafrican.com/Magazine/Cosmo.htm ; Ra Un Nefer Amen, Metu Neter, Vol. 1: *The Great Oracle of Tehuti, and the Egyptian System of Spiritual Cultivation*, Brooklyn, NY, Khamit Media Tran Visions, Inc., 1990 ; Ra Un Nefer Amen, *Tree of Life Meditation System (T.O.L.M.)*, Brooklyn, NY, Khamit Publications, 1996 ; Finch (Charles S.), III, *The Star of Deep Beginnings: The Genesis of African Science and Technology*, Decatur, GA, Khenti, 1998 ; David (A.) et Rosalie (Paul), *The Ancient Egyptians*, Londres, Routledge & Kegan Paul, 1982 ; Meeks (Dimitri) et Favard-Meeks (Christine), *La vie quotidienne des dieux égyptiens*, Le Grand Livre du Mois, 2005.
347. www.theafrican.com/Magazine/Cosmo.htm ; www.wisdomworld.org/additional/ancientlandmarks/AncientWisdomInAfrica1.html.
348. Ra Un Nefer Amen, *Tree of Life Meditation System*.
349. Bastien (Joseph W.), *Mountain of the Condor*, Long Grove, IL, Waveland Press, 1985, p. 8-9.
350. Dale (Cyndi), *Advanced Chakra Healing*, Berkeley, CA, Crossing, 2005 ; Dale (Cyndi), *New Chakra Healing*, Woodbury, MN, Llewellyn, 1996.
351. Goswamik (Shyam Sunda), *Layayoga*, Rochester, VT, Inner Traditions, 1999, p. 160-164.
352. Johari, *Chakras: Centres d'énergie de Transformation*, Médicis, 2003, trad. de Chakras, p. 141-143.
353. Varenne, *Le yoga et la tradition hindoue*, Retz, 1976.
354. Furlong (David), *Working with Earth Energies*, London, Piatkus, 2003.
355. Raphaell, *The Crystalline Transmission*, p. 19.
356. Lambert Randall (Georgia), « The Etheric Body », lecture notes, 1983 ; Lambert Randall (Georgia), *Esoteric Anatomy*, Tape series, Wrekin Trust UK, 1991, cité dans Arewa, *Opening to Spirit*, p. 5.
357. Stein (Diane), *Women's Psychic Lives*, St. Paul, MN, Llewellyn, 1988, p. 26.
358. Dale (Cyndi), *Advanced Chakra Healing*.
359. Dale (Cyndi), *Advanced Chakra Healing*.
360. Dale (Cyndi), *Illuminating the Afterlife*, Louisville, CO, Sounds True, 2008.
361. Dale (Cyndi), *Advanced Chakra Healing*, p. 53-57.
362. Dale (Cyndi), *Zap, You're a Teen!*, e-book, Minneapolis, MN, Life Systems Services Corp., 2005, www.cyndidale.com ; Dale (Cyndi), *The Spirit's Diet*, e-book, Minneapolis, MN, Life Systems Services Corp., 2005, www.cyndidale.com ; Dale (Cyndi), *Attracting Your Perfect Body Through the Chakras*, Berkeley, CA: Crossing, 2006.
363. Andrews (Ted), *Simplified Magick*, St. Paul, MN, Llewellyn, 1989 ; Parfitt (Will), *Elements of the Qabalah*, New York, Element, 1991 ; Winkler (Gershon), *Magic of the Ordinary*, Berkeley, CA, North Atlantic, 2003 ; Rabbi Laib Wolf, *Practical Kabbalah*, New York, Three Rivers, 1999.
364. Parfitt (Will), *Elements of the Qabalah*.

PARTIE VI

365. www.centerforaltmed.com/?page_id=5.
366. Fields (H. L.) et Liebeskind (J. C.), éd., *Pharmacological Approaches to the Treatment of Chronic Pain: New Concepts and Critical Issues—Progress in Pain Research and Management*, Vol. 1, Seattle, IASP Press, 1994 ; Gebhart (D. L.), Hammond (G.) et Jensen (T. S.), *Proceedings of the 7th World Congress on Pain—Progress in Pain Research and*

- Management, Vol. 2, Seattle, WA, IASP Press, 1994 ; Han (J. S.), The Neurochemical Basis of Pain Relief by Acupuncture, Vol. 2, Hubei, China, Hubei Science and Technology Press, 1998, cité sur www.chiro.org/acupuncture/ABSTRACTS/Beyond_endorphins.shtml
367. Dharmananda (Subhuti), « Electro-Acupuncture », www.itmonline.org/arts/electro.htm.
368. www.chiro.org/acc/What_is_Ryodoraku.shtml.
369. Tsuei (Julia J.), « Scientific Evidence in Support of Acupuncture and Meridian Theory: I. Introduction », www.healthy.net/scr/article.asp?Id=1087, publié à l'origine dans IEEE, Engineering in Medicine and Biology 15, n° 3, mai/juin 1996.
370. www.naokikubota.com.
371. Keith Tillotson (Alan), The One Earth Herbal Sourcebook: Everything You Need to Know About Chinese, Western, and Ayurvedic Herbal Treatments, New York, Kensington, 2001.
372. Steven Ross, éd., « Dr. Giuseppe Calligaris: The Television Powers of Man », World Research News, 1st Quarter 2005, p. 1.
373. Ibid.
374. Ibid., p. 4.
375. Schweizer (Hubert M.), « Calligaris », exposé présenté à l'université de York, 3 septembre 1987, diffusé par la World Research Foundation.
376. Ibid., p. 11.
377. Ibid.
378. Dale (Cyndi), Advanced Chakra Healing, p. 63-66.
379. Simpson (Liz), Les Chakras, connaissance et harmonisation, Le Courrier du Livre, 2002.
380. Dale (Cyndi), Advanced Chakra Healing.
381. www.wrf.org/men-women-medicine/spectrochrome-dinshah-ghadiali.php.
382. Terman (M.) et Terman (J. S.), « Light Therapy for Seasonal and Nonseasonal Depression: Efficacy, Protocol, Safety, and Side Effects », CNS Spectrums 10, 2005, p. 647-663 ; Bruce Bowser, « Mood Brighteners: Light Therapy Gets Nod as Depression Buster », Science News 167, n° 1, 23 avril 2005, p. 399.
383. http://en.wikipedia.org/wiki/Light_therapy.
384. Liberman (Jacob), Lumière: Médecine du Futur, Le Courrier du Livre, 2011, trad. de Light: Medicine of the Future, Santa Fe, NM, Bear & Co., 1991, p. 9.
385. Ibid.
386. Karaim (Reed), « Light That Can Cure You », Special Health Report: Caring for Aging Parents, Health, USA Weekend, 4 février 2007.
387. Liberman (Jacob), Lumière: Médecine du Futur, Le Courrier du Livre, 2011, trad. de Light: Medicine of the Future, p. 27-34.
388. Ibid.
389. McTaggart, Le champ de la cohérence universelle, Ariane éd., 2008, trad. de The Field, p. 44-51 ; Puthoff (H. E.), « Zero-Point Energy: An Introduction », Fusion Facts 3, n° 3, 1991, p. 1.
390. Vazquez (Steven), « Brief Strobic Phototherapy: Synthesis of the Future », dans Light Years Ahead, p. 79.
391. Ibid., p. 97.
392. Ibid., p. 85.
393. Ibid., p. 79, 85.
394. Dale (Cyndi), Advanced Chakra Healing, p. 190-193.
395. Dass (Akhila) et Croke (Manohar), « Colorpuncture and Esoteric Healing: The Use of Colored Light in Acupuncture », dans Light Years Ahead, p. 233-257.
396. Olszewski et Breiling, « Getting Into Light », p. 237-238.
397. www.emofree.com.
398. Ibid.
399. Cyndi Dale, Advanced Chakra Healing, p. 190-193.
400. Ibid., p. 193-194.
401. Tiller, Science and Human Transformation, p. 255. Sa note de bas de page est tirée de G. Vithoulkas, The Science of Homeopathy, New York, Grove, 1980.
402. Gerber, A Practical Guide to Vibrational Medicine, p. 121.

403. Tiller, Science and Human Transformation, p. 255. Sa note de bas de page est tirée de M. Rae, « Potency Simulation by Magnetically Energised Patterns (An Alternate Method of Preparing Homeopathic Remedies) », British Radionic Quarterly 19, n° 2, mars 1973, p. 32-40.
404. www.appliedkinesiology.com ; www.kinesiology.net/ak.asp ; www.drciprian.com ; www.touch4health.com.
405. Tyler Kent (James), Repertory of the Homeopathic Materia Medica and a Word Index, 6^e éd., New Delhi, B. Jain Publishers, 2004.
406. Cohen (D.), Palti (Y.), Cuffin (B. N.), et Schmid (S. J.), « Magnetic Fields Produced by Steady Currents in the Body », Proceedings of the National Academy of Science 77, 1980, p. 1447-1451.
407. Shang (C.), Lou (M.), et Wan (S.), « Bioelectrochemical Oscillations », Science Monthly 22 [Chinese], 1991, p. 74-80.
408. Becker (R. O.) et Marino (A. A.), Electromagnetism and Life, Albany, State Univ. of New York, 1982.
409. Tany (M.), Sawatsugawa (S.), et Manaka (Y.), « Acupuncture Analgesia and its Application in Dental Practices », American Journal of Acupuncture 2, 1974, p. 287-295 ; <http://pt.wkhealth.com/pt/re/ajhp/fulltext.00043627-200506150-00011.htm>
410. www.item-bioenergy.com/infocenter/ScientificBasisMagnetTherapy.pdf.
411. Ikenaga (Kiyoshi), Tsubo Shiatsu, Vancouver, BC, Canada: Japan Shiatsu, Inc., 2003, p. 39.
412. Ibid.
413. Ibid., p. 31.
414. Ibid., p. 34.
415. Ibid., p. 35-36.
416. Asokananda (Harald Brust) et Chow Kam Thye, L'art du massage thaï traditionnel, Duang Kamol, 1996.
417. Tableau de Ralph Wilson (www.NaturalWorldHealing.com), qui ajouta les émotions connexes en se basant sur les travaux de Dietrich Klinghardt, D. M. ; Louisa Williams, www.RadicalMedicine.com.
418. www.cancertutor.org/Other/Breast_Cancer.html ; http://pressreleasesonline.biz/pr/Cancer_Care_Expert_Says_Root_Canals_Should_Be_Illegal.
419. <http://members.tripod.com/~Neurotopia/Zen/Mudra>.
420. Irini Rockwell, « The Five Buddha Families », Shambhala Sun, novembre 2002.
421. Javane (Faith) et Bunker (Dusty), Numerology and the Divine Triangle, West Chester, PA, Whitford, 1979, p. 2.
422. Johari (Harish), Numerology with Tantra, Ayurveda, and Astrology, Rochester, VT, Destiny, 1990, p. 14-15.
423. Dale (Cyndi), Advanced Chakra Healing, p. 195-196.
424. www.numericwellness.com.
425. www.polaritytherapy.org.
426. Gingerich (Natalie), « The Energy Workout », Prevention Magazine, décembre 2007, p. 152-155.
427. Chien (C. H.), Tsuei (J. J.), Lee (S. C.), et al., « Effects of Emitted Bio-Energy on Biochemical Functions of Cells », American Journal of Chinese Medicine 19, n° 3-4, 1991, p. 285-292.
428. Seto (A.), Kusaka (C.), Nakazato (S.), et al., « Detection of Extraordinary Large Bio-Magnetic Field Strength from Human Hand During External Qi Emission », Acupuncture & Electro-Therapeutics Research, the International Journal 17, 1992, p. 75-94.
429. Carnie (L. V.), Chi Gung, St. Paul, MN, Llewellyn, 1997, p. 5.
430. Ibid., p. 51.
431. Sollars (David W.), The Complete Idiot's Guide to Acupuncture & Acupressure, New York: Penguin, 2000, p. 64-65, 78-79, 119, 163-164, 190, 203, 205-206, 210.
432. Franks (Nick), « Reflections on the Ether and some Notes on the Convergence between Homeopathy and Radionics ».
433. Fellows (Linda), « Opening Up the Black Box », International Journal of Alternative and Complementary Medicine 15, n° 8, p. 9-13, 1997, p. 3 ; Tony Scofield, « The Radionic Principle: Mind over Matter », Radionic Journal 52, n° 1, 2007, p. 5-16 et 52, n° 2, 2007, p. 7-12.
434. Sollars, The Complete Idiot's Guide to Acupuncture & Acupressure, 24.
435. Olszewski et Breiling, « Getting into Light », p. 291.
436. Ibid., p. 290.
437. Kolster (Bernard C.) et Waskowiak (Astrid), The Reflexology Atlas, Rochester, VT, Healing Arts, 2005, p. 134.

438. Olszewski et Breiling, « Getting into Light », p. 288.
439. Ibid.
440. Ibid.
441. www.reiki.nu.
442. Bentov (Itzhak), *Stalking the Wild Pendulum*, Rochester, VT, Destiny, 1977, p. 9.
443. Evans, *Mind, Body and Electromagnetism*, p. 98.
444. www.aniviilliams.com/geometry_music_healing.htm.
445. www.healingsounds.com.
446. www.chronogram.com/issue/2005/08/wholeliving.
447. Ibid.
448. Ibid.
449. Dale (Cyndi), *Advanced Chakra Healing*, p. 198-202.
450. Evans, *Mind, Body and Electromagnetism*, p. 87-97.
451. Bentov (Itzhak), « Micromotion of the Body as a Factor in the Development of the Nervous System », dans *Kundalini: Psychosis or Transcendence?*, éd. Lee Sanella, San Francisco, H.S. Dakin, 1976, p. 72-92.
452. Gerber, *Vibrational Medicine*, p. 401-408.
453. Evans, *Mind, Body and Electromagnetism*, p. 96.
454. Lu, *Traditional Chinese Medicine*, p. 74.
455. www.itmonline.org/arts/pulse.htm ; <http://sacredlotus.com/diagnosis/index.cfm> ; <http://www.giovannimaciocia.com/articles/flu.html>
456. Dharmananda (Subhuti), « The Significance of Traditional Pulse Diagnosis in the Modern Practice of Chinese Medicine », www.itmonline.org/arts/pulse.htm ; Xie Zhufan, « Selected Terms in Traditional Chinese Medicine and Their Interpretations (VIII) », *Chinese Journal of Integrated Traditional and Western Medicine* 5, n° 3, 1999, p. 227-229.
457. Xie, « Selected Terms in Traditional Chinese Medicine and Their Interpretations (VIII) », p. 227-229.
458. Tiller, *Science and Human Transformation*, p. 163-166.
459. Kenyon (J. N.), *Auricular Medicine: The Auricular Cardiac Reflex, Modern Techniques of Acupuncture*, Vol. 2, New York, Thorsons, 1983, p. 82, 191.
460. Navach (J. H.), *The Vascular Autonomic System, Physics and Physiology*, Lyon, France, The VIII Germano-Latino Congress on Auricular Medicine, 1981.
461. Wong (Cathy), « Tongue Diagnosis », <http://altmedicine.about.com/b/2005/09/20/tongue-diagnosis.htm> ; Ni (Daoshing), « Why Do You Keep On Asking Me to Stick My Tongue Out? », www.acupuncture.com ; Xie (Zhufan) et Huang (Xi), éd., *Dictionary of Traditional Chinese Medicine*, Hong Kong, Commercial Press, 1984 ; Robert Flaws, « Introduction to Chinese Pulse Diagnosis », dans Flaws, *The Secret of Chinese Pulse Diagnosis*, Boulder, CO, Blue Poppy Press, 1995 ; www.healthy.net/scr/article.asp?id=1957.
462. www.biogeometry.org.

PARTIE I

www.arthistory.sbc.edu/sacredplaces/sacredgeo.html.

Barnes, Frank S., et Ben Greenebaum, éd., *Biengineering and Biophysical Aspects of Electromagnetic Fields*, 3^e éd., New York, Taylor & Francis, 2007.

Becker, Robert O., *Cross Currents*, New York, Penguin, 1990.

Bendit, Lawrence, et Phoebe Bendit, *The Etheric Body of Man*, Wheaton, IL: Theosophical Publishing House, 1977.

Bengtsson, I., et K. Zyczkowski, *Geometry of Quantum States: An Introduction to Quantum Entanglement*, New York, Cambridge University Press, 2006.

Benor, Daniel J., « Intuitive Assessments: An Overview », *Personal Spirituality Workbook*.

www.WholisticHealingResearch.com.

—, « Scientific Validation of a Healing Revolution », *Healing Research*, Vol. 1, *Spiritual Healing*, (Professional Supplement 2001), Southfield, MI, Vision Publications.

Benson, Herbert, et Marg Stark, *Timeless Healing: The Power and Biology of Belief*, New York, Scribner, 1996.

www.beyondtheordinary.net/NC-bellstheorem.html.

www.biomindsuperpowers.com.

Brennan, Barbara Ann, *Le pouvoir bénéfique des mains*, Tchou, 2011.

www.cern.ch/livefromcern/antimatter.

Church, Dawson, *The Genie in Your Genes*, Santa Rosa, CA, Elite Books, 2007.

www.colorado.edu/physics/2000/quantumzone/photoelectric2.html.

Edge, Hoyt L., et al., *Foundations of Parapsychology: Exploring the Boundaries of Human Capability*. Boston, Routledge and Kegan Paul, 1986.

Eisenberg, David, et al., « Inability of an 'Energy Transfer Diagnostician' to Distinguish Between Fertile and Infertile Women », *Medscape General Medicine* 3, n° 1, 2001.

www.emc.maricopa.edu/faculty/farabee/BIOBK/BioBookEner1.html. www.enchantedlearning.com/math/geometry/solids.

www.esalenctr.org/display/confpage.cfm?confid=8&pageid=69&pgtype=1.

Evans, John, *Mind, Body and Electromagnetism*, Dorset, UK, Element Books, 1986.

Fetrow, C.W., et Juan R. Avila, *Complementary & Alternative Medicines*, Springhouse, PA, Springhouse, 2001.

Ford, Kenneth W., *The Quantum World*, Cambridge, MA, Harvard University Press, 2004.

www.ftexploring.com/energy/definition.html.

Gerber, Richard, *Vibrational Medicine*, Santa Fe, NM, Bear & Co., 1988.

www.halexandria.org/dward154.htm.

Hemenway, Priya, *Divine Proportion*, New York, Sterling, 2005.

www.hpwt.de/Quantene.htm.

www.imagery4relaxation.com/articles-benson.htm.

http://imagine.gsfc.nasa.gov/docs/science/known_l1/emspectrum.html.

Johnson, Steven, *Mind Wide Open*, New York, Scribner, 2004.

www.lbl.gov/abc/Antimatter.html.

www.le.ac.uk/se/centres/sci/selfstudy/particle01.html.

Ledwith, Míceál, et Klaus Heinemann, *The Orb Project*, New York, Atria, 2007.

Levenson, R.W., et A.M. Ruef, « Physiological Aspects of Emotional Knowledge and Rapport », in W. Ickes, éd., *Empathetic Accuracy*, New York, Guilford, 1997.

<http://library.thinkquest.org/3487/qp.html>.

Lloyd, Seth, *Programming the Universe*, New York, Vintage, 2006.

www.mariner.connectfree.co.uk/html/electromagnetism.html.

McCraty, Rollin, *The Energetic Heart*. Boulder Creek, CA, HeartMath Institute Research Center, 2003.
 E-book : Publication n° 02-035, 2003, 8–10, www.heartmath.org.
 McCraty, Rollin, Mike Atkinson, et Raymond Trevor Bradley, « Electrophysiological Evidence of Intuition: Part I. The Surprising Role of the Heart », *The Journal of Alternative and Complementary Medicine* 10, n° 1 2004, p. 133.
www.medicalnewstoday.com/articles/84726.php.
 Nash, Carroll B, *Parapsychology: The Science of Psiology*, Springfield, IL, Charles C. Thomas, 1986.
www.ndt-ed.org/EducationResources/HighSchool/Electricity/hs_elec_index.htm.
www.need.org/needpdf/infobook_activities/ElemInfo/ElecE.pdf.
 Oschman, James L., *Energy Medicine*, New York, Churchill Livingstone, 2000.
 —, « Science and the Human Energy Field », Interview de William Lee Rand dans *Reiki News Magazine* 1, n° 3, hiver 2002, www.reiki.org.
 —, « What is Healing Energy ? Part 3: Silent Pulses », *Journal of Bodywork and Movement Therapies* 1, n° 3, avril 1997, p. 184.
 Pearsall, Paul, *The Heart's Code*, New York, Broadway, 1988.
www.physicalgeography.net/fundamentals/6e.html.
 Poole, William, avec l'Institute of Noetic Sciences, *The Heart of Healing*, Atlanta, Turner Publishing, 1993.
 Quigg, Chris, « The Coming Revolution in Particle Physics », *Scientific American*, février 2008, p. 46-53.
 Rein, G., et R. McCraty, « Structural Changes in Water and DNA Associated with New Physiologically Measurable States », *Journal of Scientific Exploration* 8, n° 3, 1994, p. 438-439.
 Rhine, J. B., *Extrasensory Perception*, Boston, Branden, 1964.
 Rhine, Louisa E., *ESP in Life and Lab: Tracing Hidden Channels*, New York, Macmillan, 1967.
 —, *Les voies secrètes de l'esprit*, Fayard, 1967.
 Roychoudhuri, C., et R. Rajarshi, « The Nature of Light: What is a Photon? », *Optics and Photonics News* 14, novembre 2003, S1.
<http://science.howstuffworks.com/electricity.htm>.
<http://scienceworld.wolfram.com/physics/Photon.html>.
www.3quarks.com/GIF-Animations/PlatonicSolids.
 Tiller, W. A., et M. J. Kohane, *Conscious Acts of Creation*, Walnut Creek, CA, Pavior Publishing, 2001.
 Tiller, W. A., W. E. Dibble, Jr., et J. G. Fandel, *Some Science Adventures with Real Magic*, Walnut Creek, CA, Pavior Publishing, 2005.
 Tiller, William A., « Radionics, Radiesthesia and Physics », Paper presented at the Academy of Parapsychology and Medicine Symposium on « The Varieties of Healing Experience », Los Altos, CA, 30 octobre, 1971.
 —, *Science and Human Transformation: Subtle Energies, Intentionality, and Consciousness*, Walnut Creek, CA, Pavior Publishing, 1997.
 —, « Subtle Energies », *Science & Medicine* 6, n° 3, mai-juin 1999.
www.tillerfoundation.com/energyfields.html.
 Turner, J. A., et al., « The Importance of Placebo Effects in Pain Treatment and Research », *Journal of the American Medical Association* 271, 1994, p. 1609-1614.
http://twm.co.nz/McTag_field.htm.
http://utut.essortment.com/whatisthehist_rgic.htm.
 Vithoulkas, George, *La science de l'homéopathie*, Éd. du Rocher, 1993.
http://en.wikipedia.org/wiki/Hippocratic_Oath.
http://en.wikipedia.org/wiki/Sacred_geometry.
 Wurtman, Richard J., Michael J. Baum, et John T. Potts, Jr., éd., *The Medical and Biological Effects of Light*, Annals of the New York Academy of Science, Vol. 453, New York, The New York Academy of Sciences, 1985.
 Yam, Philip, « Exploiting Zero-Point Energy », *Scientific American*, décembre 1997, p. 82-85.
<http://zebu.uoregon.edu/~soper/Light/photons.html>.

PARTIE II

www.acutcmdetox.com/tryptophan2.html.
www.affs.org/html/biomagnetism.html.
 Albertine, Kurt, et David Tracy, éd., *Anatomica's Body Atlas*, San Diego, CA, Laurel Glen Publishing, 2002.
 « Alleviating Diabetes Complications », *University of Michigan Alumni newsletter*, automne 2007, 5.

Amen, Daniel G., *Change Your Brain, Change Your Life*, New York, Three Rivers, 1998.
www.angelfire.com/pe/MitochondriaEve.

Bair, Puran, « Visible Light Radiated from the Heart with Heart Rhythm Meditation », *Subtle Energies & Energy Medicine* 16, n° 3, 2005, p. 211-223.

Becker, Robert O., « Modern Bioelectromagnetics and Functions of the Central Nervous System », *Subtle Energies & Energy Medicine* 3, n° 1, 1992, p. 53-72.

Bevan, James, *A Pictorial Handbook of Anatomy and Physiology*, New York, Barnes & Noble Books, 1996.

Brown, Tina, *Diana: chronique intime*, JC Lattès, 2007.

Callaway, J. C., « A Proposed Mechanism for the Visions of Dream Sleep », *Medical Hypotheses* 26, 1988, p. 119-124.

Cann, R. L., M. Stoneking, et A. C. Wilson, « Mitochondrial DNA and Human Evolution », *Nature* 325, 1987, p. 31-36.
www.cell.com.

www.cell.com/content/article/abstract?uid=PIIS0092867407007015.

Champeau, Rachel, « UCLA Seeks Adults with Asthma for Study Testing Device to Alleviate Symptoms ».
www.newsroom.ucla.edu/portal/ucla/UCLA-Seeks-Adults-With-Asthma-for-7265.aspx?RelNum=7265.

Church, Dawson, *The Genie in Your Genes*, Santa Rosa, CA, Elite Books, 2007.

Colthurst, J., et P. Giddings, « A Retrospective Case Note Review of the Fenzian Electrostimulation System: A Novel Non-invasive, Non-pharmacological Treatment », *The Pain Clinic* 19, n° 1, 2007, p. 7-14.

Dale, Cyndi, *Advanced Chakra Healing: Energy Mapping on the Four Pathways*, Berkeley, CA, Crossing Press, 2005.

—, *Advanced Chakra Healing: Heart Disease*, Berkeley, CA, Crossing Press, 2007.

Dawkins, Richard, *Il était une fois nos ancêtres, une histoire de l'évolution*, Robert Laffont, 2007.
http://diabetes.diabetesjournals.org/cgi/content/full/53/suppl_1/S96.

www.fenzian.co.uk/#.

Gershon, Michael, *The Second Brain*, New York, HarperCollins, 1999.

Guiley, Rosemary Ellen, *Harper's Encyclopedia of Mystical and Paranormal Experience*, Edison, NJ, Castle Books, 1991.

Haimov, I., et P. Lavie, « Melatonin—A Soporific Hormone », *Current Directions in Psychological Science* 5, 1996, p. 106-111.

Horrigan, Bonie, et Candace Pert, « Neuropeptides, AIDS and the Science of Mind-Body Healing », *Alternative Therapies* 1, n° 3, juillet 1995, p. 70-76.

Hougham, Paul, *L'Atlas Corps Esprit Harmonie*, Guy Trédaniel, 2007.
www.item-bioenergy.com.

www.iupac.org/publications/pac/2004/pdf/7602x0295.pdf.

Jedd, Marcia, « Where Do You Want to Go Today? », Interview with Skip Atwater of the Monroe Institute, *Fate Magazine*, juillet 1998, p. 36.

Jernigan, David A., et Samantha Joseph, « Illuminated Physiology and Medical Uses of Light », *Subtle Energies & Energy Medicine* 16, n° 3, p. 251-269.

Keefe, Emmet B., MD, *Know Your Body: The Atlas of Anatomy*, Berkeley, CA, Ulysses, 1999.
www.kidshealth.org/parent/general/body_basics/female_reproductive_system.html.
www.kidshealth.org/parent/general/body_basics/metabolism.html.

Kimball, J. W., « Sexual Reproduction in Humans: Copulation and Fertilization », *Kimball's Biology Pages* (based on Biology, 6^e éd., 1996).
<http://en.wikipedia.org/wiki/Mitochondrion>.

Lieberman, Jacob, *Lumière: médecine du futur*, Le Courrier du Livre, 2011.

Lindsay, Bethany, « The Compasses of Birds », *Science Creative Quarterly* 2 (septembre–novembre 2006).
www.scq.ubc.ca/?p=173. Reprinted from Issue 1, June 6, 2005.

McTaggart, Lynne, *Le champ de la cohérence universelle*, Ariane éd., 2008.
www.medcareservice.com/MICROCURRENT-THERAPY-Article.cfm.
www.merck.com/mmhe/sec09/ch118/ch118a.html.

Nelson, J. Lee, « Your Cells Are My Cells », *Scientific American*, février 2008, p. 73-79.

Novitt-Moreno, Anne D., *How Your Brain Works*, Emeryville, CA, Ziff-Davis, 1995.
<http://psychologytoday.com/articles/pto-19990501-000013.html>.

Pert, Candace, *Molecules of Emotion: The Science Behind Mind-Body Medicine*, New York, Scribner, 1997.
<http://preventdisease.com/healthtools/articles/bmr.html>.

www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=1634887.
www.rolf.org.

Roney-Dougal, S. M., « Recent Findings Relating to the Possible Role of the Pineal Gland in Affecting Psychic Abilities », *Journal of the Society for Psychical Research* 56, 1989, p. 313-328.
www.sciencemaster.com/jump/life/dna.php.
www.shands.org/health/imagepages/19089.htm.
 Siegel, G. J., B. W. Agranoff, S. K. Fisher, R. W. Albers, et M. D. Uhler. *Basic Neurochemistry*, 6^e éd., Philadelphia, Lippincott Williams & Wilkins, 1999.
<http://sleepdisorders.about.com/od/nightmares/a/netabollic.htm?p=1>.
 Sykes, Bryan, *Les sept filles d'Eve*, Albin Michel, 2001.
 Tiller, William A., R. McCraty, et M. Atkinson, « Cardiac Coherence: A New Noninvasive Measure of Autonomic Nervous System Order », *Alternative Therapies* 2, n° 52, 1996, p. 52-63.
www.trueorigin.org/atp.asp.
<http://video.google.com/videoplay?docid=-6660313127569317147>.
www.vivo.colostate.edu/hbooks/pathophys/endocrine/bodyweight/leptin.html.
www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2007/01/22/AR2007012200942.html.
 Watters, Ethan, « DNA is Not Your Destiny », *Discover*, novembre 2006, p. 32-37, p. 75.
 Wilken, Arden, et Jack Wilken, « Our Sonic Pathways », *Subtle Energies & Energy Medicine* 16, n° 3, 2007, p. 271-282.
<http://wongkiewkit.com/forum/attachment.php?attachmentid=596&d=1107898946>.

PARTIE III

Albohm, Anders, « Neurodegenerative Diseases, Suicide and Depressive Symptoms in Relation to EMF », *Bioelectromagnetics* 5, 2001, p. S132-143.
 Albohm, Anders, Elisabeth Cardis, Adele Green, Martha Linet, David Savitz, et Anthony Swerdlow, « Review of the Epidemiologic Literature on EMF and Health », *Environmental Health Perspectives* 109, n° S6, décembre 2001, p. 9.
 Alpert, Mark, « The Triangular Universe », *Scientific American*, février 2007, p. 24.
www.assemblagepointcentre.com.
 Atiyah, Michael, et Paul Sutcliffe, « Polyhedra in Physics, Chemistry and Geometry », *Milan Journal of Mathematics* 71, 2003, p. 33-58.
 Becker, Robert O., « Modern Bioelectromagnetics and Functions of the Central Nervous System », *Subtle Energies* 3, n° 1, 1992, p. 6.
 Bendit, Lawrence, et Phoebe Bendit. *The Etheric Body of Man*, Wheaton, IL, Theosophical Publishing House, 1977.
 Bendit, P. D., et L. J. Bendit, *Man Incarnate*, London, Theosophical Publishing House, 1957.
 Benford, M. S., « Radiogenic Metabolism: An Alternative Cellular Energy Source », *Medical Hypotheses* 56, n° 1, 2001, p. 33-39.
 Benor, Daniel J., « Distant Healing, Personal Spirituality Workbook », *Subtle Energies* 11, n° 3, 2000, p. 249-264.
www.WholisticHealingResearch.com.
 —, « Spiritual Healing as the Energy Side of Einstein's Equation ».
 Berman, J. D., et S. E. Straus, « Implementing a Research Agenda for Complementary and Alternative Medicine », *Annual Review of Medicine* 55, 2004, p. 239-254.
www.Biogeometry.org.
 Blumenfeld, Larry, *Voices of Forgotten Worlds, Traditional Music of Indigenous People*, New York, Ellipsis Arts, 1993.
 Brennan, Barbara Ann, *Le pouvoir bénéfique des mains*, Tchou, 2011.
 Burr, Harold Saxton, « Excerpt from Blueprint for Immortality », republié sous le titre « The Electrical Patterns of Life: The World of Harold Saxton Burr », in *World Research News*, 2nd Quarter 1997, 2, 5.
 Byrd, R. C., « Positive Therapeutic Effects of Intercessory Prayer in a Coronary Care Unit Population », *Southern Medical Journal* 81, n° 7, 1988, p. 826-829.
 Callahan, P. S., « The Mysterious Round Towers of Ireland: Low Energy Radio in Nature », *The Explorer's Journal*, été 1993, p. 84-91.
 Cao, Y. N., Y. Zhang, et Y. Liu, « Effects of Exposure to Extremely Low Frequency Electromagnetic Fields on Reproduction of Female Mice and Development of Offsprings », *Zhonghua Lao Dong Wei Sheng Zhi Ye Bing Za Zhi* 24, n° 8, août 2006, p. 468-470.
 Carlson, John B, « Lodestone Compass: Chinese or Olmec Primacy? », *Science*, 5 septembre, 1975, p. 753-760.
 Cayce, E., et L. Cayce, *The Outer Limits of Edgar Cayce's Power*, New York, Harper and Row, 1971.
 Colson, Thomas, *Molecular Radiations*, San Francisco, Electronic Medical Foundation, 1953.

- Coxeter, H. S. M., *Regular Polytopes*, 3^e éd., New York, Dover, 1973.
- Crile, George W., *A Bipolar Theory of Living Processes*, New York, Macmillan, 1926.
- , « A Bipolar Theory of the Nature of Cancer », *Annals of Surgery* LXXX, n° 3, septembre 1924, p. 289-297.
www.darvill.clara.net/emag/emaggamma.htm.
www.darvill.clara.net/emag/emagradio.htm.
- David, Albert Roy, et Walter C. Rawls, Jr., *The Magnetic Effect*, Hicksville, NY, Exposition Press, 1975.
- , *Magnetism and Its Effects on the Living System*, Hicksville, NY, Exposition Press, 1974.
- Devereux, Paul, *Géographie sacrée*, Véga, 2010.
- Dossey, Larry, *Alternative Therapies in Health and Medicine* 8, n° 2, 2002, p. 12-16, p. 103-110 ;
 « Energy Medicine, An Overview », NCCAM Publication n° D235, mise à jour mars 2007.
- Evans, John, *Mind, Body and Electromagnetism*, Dorset, UK, Element, 1986.
- Euclid-Smith, Dr., « Report on 63 Case Histories », Available from World Research Foundation, 41 Bell Rock Plaza, Sedona, AZ 86351.
- Fellows, Linda, « Opening Up the Black Box », *International Journal of Alternative and Complementary Medicine* 15, n° 8, 1997, p. 3, 9-13.
- Feychting, Maria, Anders Ahlbom, F. Jonsson, et N. L. Pederson, « Occupational Magnetic Field Exposure and Neurodegenerative Disease », *Epidemiology* 14, n° 4, juillet 2003, p. 413-419.
- Ford, Kenneth, *The Quantum World*, Cambridge, MA, Harvard University Press, 2004.
- Franks, Nick, « Reflections on the Ether and Some Notes on the Convergence Between Homeopathy and Radionics ».
- Gamble, Steve, « Healing Energy and Water ».
- Gerber, Richard, *A Practical Guide to Vibrational Medicine*, New York, HarperCollins, 2000.
<http://gvanv.com/compass/arch/v1402/albanese.html>.
- Hahnemann, Samuel, *Organon de l'art rationnel de guérir*, Boiron, 2007.
- Haisch, B., et A. Rueda, « A Quantum Broom Sweeps Clean », *Mercury* 25, n° 2, mars-avril 1996, p. 2-15.
- Hakansson, Niklas, P. Gustavsson, Birgitte Floderus, et Christof Johansen, « Neurodegenerative Diseases in Welders and Other Workers Exposed to High Levels of Magnetic Fields », *Epidemiology* 14, n° 4, juillet 2003, p. 420-426.
- Hansen, J., « Increased Breast Cancer Risk Among Women Who Work Predominantly at Night », *Epidemiology* 12, n° 1, janvier 2001, p. 74-77.
<http://healthcare.zdnet.com/?p=430>.
www.healthy.net/scr/article.asp?Id=2408.
- Heath, Thomas L., *The Thirteen Books of Euclid's Elements*, Books 10–13, 2nd unabr. ed. New York, Dover, 1956.
- Hunt, Valerie V., Wayne W. Massey, Robert Weinberg, Rosalyn Bruyere, et M. Pierre Hahn, « A Study of Structural Integration from Neuromuscular, Energy Field, and Emotional Approaches », 1977, parrainé par le Rolf Institute of Structural Integration, www.rolf.com.au/downloads/ucla.pdf.
<http://hyperphysics.phy-astr.gsu.edu/hbase/ems3.html>.
http://imagine.gsfc.nasa.gov/docs/science/known_l1/emspectrum.html.
www.in2it.ca.
- Isaacson, Michael, et Scott Klimek. « The Science of Sound », Lecture notes, Normandale College, Bloomington, MN, printemps 2007.
- Jacka, Judy, *The Vivaxis Connection: Healing Through Earth Energies*, Charlottesville, VA, Hampton Roads, 2000.
- Keller, E., « Effects of Therapeutic Touch on Tension Headache Pain », *Nursing Research* 35, 1986, p. 101-105.
- Kilner, Walter J., *The Human Aura*, New York, University Books, 1965.
- Kissinger, Jeanette, et Lori Kaczmarek, « Healing Touch and Fertility: A Case Report », *Journal of Perinatal Education* 15, n° 2, mai 2006, p. 13-20.
- Kunz, Dora, et Erik Peper, « Fields and Their Clinical Implications », *The American Theosophist*, décembre 1982, p. 395.
- Lahovsky, Georges, *The Secret of Life*, London, UK, True Health Publishing, 1963.
- Lawlor, Robert, *Sacred Geometry*, New York, Thames & Hudson, 1982.
- Ledwith, Míceál, et Klaus Heinemann, *The Orb Project*, New York, Atria, 2007.
- Lee, G. M., Michael Yost, R. R. Neutra, L. Hristova, et R. A. Hiatt, « A Nested Case-Control Study of Residential and Personal Magnetic Field Measures and Miscarriages », *Epidemiology* 13, n° 1, janvier 2002, p. 21-31.
- Li, De-Kun, Roxana Odouli, S. Wi, T. Janevic, I. Golditch, T. D. Bracken, R. Senior, R. Rankin, et R. Iriye, « A Population-Based Prospective Cohort Study of Personal Exposure to Magnetic Fields During Pregnancy and the Risk of Miscarriage », *Epidemiology* 13, n° 1, janvier 2002, p. 9-20.
www.lind.com/quantum/Energetic%20Healing.htm.

Lippard, Lucy R., *Overlay: Contemporary Art and the Art of Prehistory*, New York, Pantheon, 1983.

Lisle, Harvey, *The Enlivened Rock Powders*, Shelby, NC, Acres, 1994.

Lloyd, Seth, *Programming the Universe*, New York, Vintage, 2007.

Logani, M. K., A. Bhanushali, A. Anga, et al., « Combined Millimeter Wave and Cyclophosphamide Therapy of an Experimental Murine Melanoma », *Bioelectromagnetics* 25, n° 7, 2004, p. 516.

www.magnetic-therapy-today.com/reference.html.

www.magnetotherapy.de/Bioenergetically-active-signals.153.0.html.

www.magnetotherapy.de/Schumann-waves.152.0.html.

Martiny, K., C. Simonsen, M. Lunde, et al., « Decreasing TSH Levels in Patients With Seasonal Affective Disorder (Sad) Responding to 1 Week of Bright Light Therapy », *Journal of Affective Disorders* 79, n° 1-3, 2004, p. 253-257.

McCraty, Rollin, Mike Atkinson, Raymond Trevor Bradley, « Electrophysiological Evidence of Intuition: Part 2. A System-Wide Process? », *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 10, n° 2, 2004, p. 133-143.

McGarey, W. A., *Les Remèdes d'Edgar Cayce*, éd. du Rocher, 1996.

McTaggart, Lynne, *Le champ de la cohérence universelle*, Ariane éd., 2008.

www.mercola.com/article/microwave/hazards2.htm.

www.mercola.com/forms/ferrite_beads.htm.

www.mercola.com/2000/aug/13/geopathic_stress.htm.

Meyl, Konstantin, trans. Ben Jansen, « Scalar Waves: Theory and Experiments », *Journal of Scientific Exploration* 15, n° 2, 2001, p. 199-205.

www.mietekwirkus.com/testimonials_friedman.html.

Mison, K., « Statistical Processing of Diagnostics Done by Subjects and by Physician », *Proceedings of the 6th International Conference on Psychotronics Research*, 1968, p. 137-138.

Morris, C. E., et T. C. Skalak, « Effects of Static Magnetic Fields on Microvascular Tone in Vivo », article présenté au Experimental Biology Meeting, San Diego, CA, avril 2003.

Narby, Jeremy, *Le Serpent cosmique: l'ADN et les origines du savoir*, Georg, 1997.

nccam.nih.gov/health/backgrounds/energymed.htm.

Oschman, James, *Energy Medicine*, New York, Churchill Livingstone, 2000.

Panov, V., V. Kichigin, G. Khaldeev, et al., « Torsion Fields and Experiments », *Journal of New Energy* 2, 1997, p. 29-39.

www.phoenixregenetics.org.

www.physics.odu.edu/~hyde/Teaching/Chladni_Plates.html.

Playfair, Guy Lyon, *Twin Telepathy: The Psychic Connection*, New York, Vega, 2003.

Reddy, G. K., « Photobiological Basis and Clinical Role of Low-Intensity Lasers in Biology and Medicine », *Journal of Clinical Laser Medicine & Surgery* 22, n° 2, 2004, p. 141-150.

www.redicecreations.com/specialreports/2006/01jan/solfeggio.html.

Reich, Wilhelm, *La Biopathie du cancer*, Payot, 1975.

—, *The Discovery of the Orgone*, Vol. 1, *The Function of the Orgasm*, trad. Theodore P. Wolfe, New York, Orgone Institute Press, 1942; 2^e éd. New York, Farrar, Straus and Giroux, 1961.

Rein, G, et R. McCraty, « Structural Changes in Water and DNA Associated with New 'Physiologically' Measurable States », *Journal of Scientific Exploration* 8, 1994, p. 438-439.

Rojavin, M. A., A. Cowan, A. Radziewsky, et al., « Antipuritic Effect of Millimeter Waves in Ice: Evidence for Opioid Involvement », *Life Sciences* 63, n° 18, 1998, p. L251-L257.

Rojavin, M. A., et M. C. Ziskin, « Medical Application of Millimetre Waves », *QJM: Monthly Journal of the Association of Physicians* 91, n° 1, 1998, p. 57-66.

Ross, Jesse, « Results, Theories, and Concepts Concerning the Beneficial Effects of Pulsed High Peak Power Electromagnetic Energy (Diapulse Therapy) in Accelerating the Inflammatory Process and Wound Healing », présenté à la Bioelectromagnetics Society 3rd Annual Conference, Washington DC, 9-12 août 1981.

Ross, Stephen, éd., « Dr. Giuseppe Calligaris: The Television Powers of Man », *World Research News*, 1st Quarter 2005, 2, 5.

—, « The Electrical Patterns of Life: The World of Harold Saxton Burr », *World Research News*, 2nd Quarter 1997, 2, 5.

—, « Magnetic Effects on Living Organisms », *World Research News*, 2nd Quarter 2007, 1, 4.

—, « The Waves that Heal ; Georges Lakhovsky's Multiple Wave Oscillator », *World Research News*, 2nd Quarter 1996, 1, 5.

Russek, L., et G. Schwartz, « Energy Cardiology: A Dynamical Energy Systems Approach for Integrating Conventional and Alternative Medicine », *The Journal of Mind-Body Health* 12, n° 4, 1996, p. 4-24.

Russell, Edward. Design for Destiny. London, Neville Spearman Ltd., 1971.
www.sacredsites.com/europe/ireland/tower_of_cashel.html.

Schneider, Michael S., A Beginner's Guide to Constructing the Universe: Mathematical Archetypes of Nature, Art, and Science, New York, Harper, 1995.

Schweizer, Hubert M., Lecture available from World Research Foundation, 41 Bell Rock Plaza, Sedona, AZ, 86351.
www.sciencedaily.com/releases/1998/09/980904035915.htm.

« The Scientific Basis for Magnet Therapy », Innovation Technologies and Energy Medicine.
www.item-bioenergy.com.

Scofield, Tony, « The Radionic Principle: Mind over Matter », Radionic Journal 52, n° 1, 2007, p. 5-16 et 52, n° 2, 2007, p. 7-12.

Seidel, R. E., et M. Elizabeth Winter, « The New Microscopes », Journal of Franklin Institute 237, n° 2, février 1944, p. 103-130.
www.sevenraystoday.com/sowhatarethesevenrays.htm.

Shealy, C. N., Clairvoyant Diagnosis, Energy Medicine Around the World., éd. T. M. Srinivasan, Phoenix, AZ, Gabriel Press, 1988.

Sheldrake, Rupert, Une nouvelle science de la vie, éd. du Rocher, 2003.

Shermer, Michael, « Rupert's Resonance », Scientific American, novembre 2005, p. 19.

Sisken, B. F., et J. Walder, « Therapeutic Aspects of Electromagnetic Fields for Soft Tissue Healing », in Electromagnetic Fields: Biological Interactions and Mechanisms, éd. M. Blank. Washington, DC, American Chemical Society, 1995.
www.spiritofmaat.com/archive/aug1/consciouswater.html.
www.springerlink.com/index/Q192636T8232T247.pdf.
<http://sprott.physics.wisc.edu/demobook/chapter6.htm>.

Suddath, Ralph, « Messages from Water: Water's Remarkable Expressions ».

Suplee, Curt, « The Speed of Light is Exceeded in Lab: Scientists Accelerate a Pulse of Light », Washington Post, 20 juillet 2000.

Szabo, I., M. R. Manning, A. A. Radziewsky, et al., « Low Power Millimeter Wave Irradiation Exerts No Harmful Effect on Human Keratinocytes In Vitro », Bioelectromagnetics 24, n° 3, 2003, p. 165-173.

Tansley, David V., Chakras, rayons et radionique, Trédaniel, 1995.
www.theosociety.org/pasadena/fund/fund-10.htm.

Tiller, W. A., W. E. Dibble, Jr., R. Nunley, et al., « Toward General Experimentation and Discovery in Conditioned Laboratory Spaces: Part I. Experimental pH Change Findings at Some Remote Sites », Journal of Alternative and Complementary Medicine 10, n° 1, 2004, p. 145-157.

Trappier, A., et al., « Evolving Perspectives on the Exposure Risks from Magnetic Fields », Journal of the National Medical Association 82, n° 9, septembre 1990, p. 621-624.
<http://tuxmobil.org/Infrared-HOWTO/infrared-howto-a-eye-safety.html>.

Tynes, Tore, L. Klæboe, et T. Haldorsen, « Residential and Occupational Exposure to 50 Hz Magnetic Fields and Malignant Melanoma: A Population Based Study », Occupational and Environmental Medicine 60, n° 5, mai 2003, p. 343-347.

Vallbona, C., et T. Richards, « Evolution of Magnetic Therapy from Alternative to Traditional Medicine », Phys-Med-Rehabil-Clin-N-Am 10, n° 3, août 1999, p. 729-754.

Vestergaard, Lene Hau, « Frozen Light », Scientific American, mai 2003, p. 44-51.

Vincent, S., et J. H. Thompson, « The Effects of Music Upon the Human Blood Pressure », Lancet 213, n° 5506, 1929, p. 534-538.
www.vogelcrystals.net/legacy_of_marcel_vogel.htm.

Wang, L. J., A. Kuzmich, et A. Dogariu. « Gain-assisted Superluminal Light Propagation », Nature 406, n° 6793, 20 juillet 2000, p. 277-279.

Watson, Peter, Twins: An Uncanny Relationship?, New York: Viking, 1981.

Wertheimer, N., et E. Leeper, « Electrical Wiring Configurations and Childhood Cancer », American Journal of Epidemiology 109, 1979, p. 273-284.

Weyl, Hermann, Symétrie et mathématique moderne, Flammarion, 1997.

Whale, Jon, « Core Energy, Case Studies ».

—, « Core Energy Surgery for the Electromagnetic Body ».

White, John, et Stanley Krippner, Future Science, Garden City, NY, Anchor, 1977.
http://en.wikipedia.org/wiki/Jan_Baptist_van_Helmont.
<http://en.wikipedia.org/wiki/L-field>.

http://en.wikipedia.org/wiki/Odic_force.

Wirth, D. P., « The Effect of Non-Contact Therapeutic Touch on the Healing Rate of Full Thickness Dermal Wounds », *Subtle Energies* 1, 1990, p. 1-20.

www.world-mysteries.com/sci_cymatics.htm.

Zimmerman, J., « Laying-On-Of-Hands Healing and Therapeutic Touch: A Testable Theory », *BEMI Currents, Journal of the BioElectromagnetics Institute* 2, 1990, p. 8-17.

PARTIE IV

www.acumedico.com/meridians.htm.

www.acupuncturetoday.com/archives2003/jul/07starwynn.html.

www.astronutrition.com.

Becker, Robert O., *Cross Currents*, New York, Penguin, 1990.

Bensky, D., et R. Barolet, *Chinese Herbal Medicine: Formulas & Strategies*, Seattle, WA, Eastland Press, 1990.

Bensky, D., et A. Gamble. *Chinese Herbal Medicine: Materia Medica*, éd. rev. Seattle, WA, Eastland Press, 1993.

www.bibliotecapleyades.net/ciencia/ciencia_humanmultidimensionaananatomy.htm.

<http://biologie.wewi.eldoc.ub.rug.nl/FILES/root/publ/2006/acupunctuur/rap69acupunctuur.pdf>.

www.biomeridian.com/virtual-medicine.htm.

Chen, Jia-xu, et Ma Sheng-xing, *Journal of Alternative and Complementary Medicine* 11, n° 3, 2005, p. 423-431.

Cheng, X., éd., *Chinese Acupuncture and Moxibustion, « New Essentials »*, éd. rev. Beijing, Foreign Languages Press, 1999.

www.colorpuncture.com.

www.compassionateacupuncture.com/How%20Acupuncture%20Works.htm.

Darras, Jean-Claude, Pierre de Vernejoul, et Pierre Albarède, « A Study on the Migration of Radioactive Tracers after Injection at Acupoints », *American Journal of Acupuncture* 20, n° 3, 1992, p. 245-246.

De Vernejoul, Pierre, et al., « Étude des méridiens d'acupuncture par les traceurs radioactifs », *Bulletin de l'Académie de Médecine nationale (Paris)* 169, 22 octobre 1985, p. 1071-1075.

<http://deepesthealth.com/2007/chinese-medicine-and-the-emotions-what-does-the-neijing-say>.

Deng, T., éd., *Practical Diagnosis in Traditional Chinese Medicine*, New York, Churchill Livingstone, 1999.

Dumitrescu, I. F., « Contribution to the Electro-Physiology of the Active Points », *International Acupuncture Conference*, Bucharest, Romania, 1977. Cité dans « Research Advances in the Electrical Specificity of Meridians and Acupuncture Points », *American Journal of Acupuncture* 9, n° 3, 1981, p. 203.

www.energymed.org/hbank/handouts/harold_burr_biofields.htm.

Evans, John, *Mind, Body and Electromagnetism*, Dorset, UK, Element, 1986.

Galambos, Imre, « The Origins of Chinese Medicine: The Early Development of Medical Literature in China », www.zhenjiu.de/Literature/Fachartikel/englisch/origins-of.htm.

Gallo, Fred, « Evidencing the Existence of Energy Meridians »,

Garcia, Hernan, A. Sierra, H. Balam, et J. Conant. *Wind in the Blood: Mayan Healing & Chinese Medicine*. Taos, NM, Redwing Books, 1999.

Giraud-Guille, M. M., « Twisted Plywood Architecture of Collagen Fibrils in Human Compact Bone Osteons », *Calcified Tissue International* 42, 1988, p. 167-180.

www.healthguidance.org/entry/3441/1/Hyaluronic-Acid-The-Fountain-of-Youth.html.

Hecker, H.-U., A. Steveling, E. Peuker, J. Kastner, et K. Liebchen, *Color Atlas of Acupuncture*, Stuttgart, Germany, Georg Thieme, 2001.

www.holisticonline.com/Light_Therapy/light_conductor.htm.

Hsu, Hong-yen, et W. G. Peacher, éd., *Shang Han Lun: The Great Classic of Chinese Medicine*, Long Beach, CA, Oriental Healing Arts Institute, 1981.

Ionescu-Tirgoviste, Pruna, « The Acupoint Potential, Electoreception and Bio-Electrical Homeostasis of the Human Body », *American Journal of Acupuncture* 18, n° 1, 1990, p. 18.

www.itmonline.org/arts/electro.htm.

Kaptchuk, Ted, *Comprendre la médecine chinoise, la toile sans tisserand*, Vigot, 1999.

Kidson, Ruth, *Acupuncture for Everyone*, Rochester, VT, Healing Arts Press, 2000.

Liao, Waysun, *The Essence of T'ai Chi*, Boston: Shambhala, 1995.

<http://lib.bioinfo.pl/auth:Wieser,HG>.

[http://links.jstor.org/sici?sici=0305-7410\(196507%2F09\)23%3C28%3ACTMAPV%3E2.0.CO%3B2-9](http://links.jstor.org/sici?sici=0305-7410(196507%2F09)23%3C28%3ACTMAPV%3E2.0.CO%3B2-9).

Maciocia, Giovanni, *Les principes fondamentaux de la médecine chinoise*, Elsevier, 2008.

—, *La Pratique de la médecine chinoise*, Elsevier, 2011.

Mäkelä, Reijo, et Anu Mäkelä, « Laser Acupuncture ». www.earthpulse.com/src/subcategory.asp?catid=7&subcatid=2.

Mandel, Peter, *Esogetics: The Sense and Nonsense of Sickness and Pain*. Hasselbrun, Germany, Energetik Verlag, 1993. <http://marquis.rebsart.com/dif.html>.

www.matzkefamily.net/doug/papers/tucson2b.html.

www.medicalacupuncture.com/aama_marf/journal/vol13_1/article7.html.

Motoyama, Hiroshi, et Rande Brown, *Science and the Evolution of Consciousness*, Brookline, MA, Autumn Press, 1978.

Motoyama, Hiroshi, Gaetan Chevalier, Osamu Ichikawa, et Hideki Baba, « Similarities and Dissimilarities of Meridian Functions Between Genders », *Subtle Energies & Energy Medicine* 14, n° 3, 2003, p. 201-219.

Mussat, M., trad. E. Serejski, *Acupuncture Networks* 2, 1997.

Nagahama, Yoshio, et Masaaki Maruyama, *Studies on Keiraku*, Tokyo: Kyorinshoin Co., Ltd (1950). www.naturalworldhealing.com.

www.naturalworldhealing.com/body-energy-imaging-proposal.htm.

Ni, M., et C. McNease, *The Tao of Nutrition*, Los Angeles, SevenStar Communications Group, 1987.

Nordenström, Björn, *Biologically Closed Electric Circuits: Clinical, Experimental and Theoretical Evidence for an Additional Circulatory System*, Stockholm, Sweden, Nordic Medical Publications, 1983.

—, « An Electrophysiological View of Acupuncture: Role of Capacitive and Closed Circuit Currents and Their Clinical Effects in the Treatment of Cancer and Chronic Pain », *American Journal of Acupuncture* 17, 1989, p. 105-117.

—, *Acupuncture: A Comprehensive Text*, Seattle, WA: Eastland Press, 2003.

O'Connor, J., et D. Bensky, trad. et éd., *Standard Meridian Points of Acupuncture*, Beijing: Foreign Languages Press, 2000.

Oschman, James L., « What Is 'Healing Energy' ? The Scientific Basis of Energy Medicine », *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, série d'articles d'octobre 1996–janvier 1998, Parts 1–6. www.peacefulmind.com/articlesa.htm.

Pokert, Manfred, *The Theoretical Foundations of Chinese Medicine: Systems of Correspondence*, Cambridge, MA, MIT Press, 1974.

Rae, M., « Potency Simulation by Magnetically Energised Patterns (An Alternate Method of Preparing Homeopathic Remedies) », *British Radionic Quarterly* 19, mars 1973, p. 32-40.

Reichstein, Gail, *Chinese Medicine in Everyday Life*, New York, Kodansha, 1998.

Rose-Neil, S., « The Work of Professor Kim Bonghan », *Acupuncturist* 1, 1967, p. 5-19.

Rothfeld, Glenn S., et Suzanne Levert, *The Acupuncture Response*, New York, Contemporary, 2002.

Rubik, Beverly, « Can Western Science Provide a Foundation for Acupuncture? », *Alternative Therapies* 1, n° 4, septembre 1995, p. 41-47. <http://sci.tech-archive.net/Archive/sci.physics/2005-02/4794.html>.

Shang, C., « Bioelectrochemical Oscillations in Signal Transduction and Acupuncture—An Emerging Paradigm », *American Journal of Chinese Medicine* 21, 1993, p. 91-101.

—, « Singular Point, Organizing Center and Acupuncture Point », *American Journal of Chinese Medicine* 17, 1989, p. 119-127.

Shanghai College of Traditional Chinese Medicine, *Acupuncture: A Comprehensive Text*. Seattle, WA, Eastland Press, 1981.

Sivin, Nathan, « Huangdi neijing », in *Early Chinese Texts: A Bibliographical Guide*, éd. Michael Loewe, Berkeley, IEAS, 1993.

Taubes, Gary, « The Electric Man », *Discover*, avril 1986, p. 24-37.

Truman, Karol K., *Feelings Buried Alive Never Die*, Brigham City, UT, Brigham Distributing, 1991. www.ursus.se/ursus/publications.shtml.

Villodo, Alberto, *Chaman des Temps modernes*, éd. ADA, 2008.

Vithoukas, G., *La science de l'homéopathie*, éd. du Rocher, 1993.

Weigel, P. H., G. M. Fuller, et R. D. LeBoeuf, « A Model for the Role of Hyaluronic Acid and Fibrin in the Early Events During the Inflammatory Response and Wound Healing », *Journal of Theoretical Biology* 119, n° 2, 21 mars 1986, p. 219-234. www.wipo.int/pctdb/en/wo.jsp?wo=1997017020&IA=WO1997017020&DISPLAY=DESC-33k.

<http://pt.wkhealth.com/pt/re/ajhp/fulltext.00043627-200506150-00011.htm>.

<http://wongkiewkit.com/forum/attachment.php?attachmentid=596&d=110789894>.

Yang Shou-zhong, trad. *The Pulse Classic*, Boulder, CO, Blue Poppy Press, 1997.

Yo-Cheng, Zhou, « Innovations. An Advanced Clinical Trail with Laser Acupuncture Anesthesia for Minor Operations in the

Oro-Maxillofacial Region », publié à l'origine dans Lasers in Surgery and Medicine 4, n° 3, p. 297-303.

<http://doi.wiley.com/10.1002/lsm.1900040311>.

Zhu, Z. X., « Research Advances in the Electrical Specificity of Meridians and Acupuncture Points », American Journal of Acupuncture 9, 1981, p. 203-216.

PARTIE V

Aczel, Amir D., The Mystery of the Aleph, New York, Pocket Books, 2000.

Amen, Ra Un Nefer, Metu Neter, Vol. 1: The Great Oracle of Tehuti, and the Egyptian System of Spiritual Cultivation, Brooklyn, NY, Khamit Media Tran Visions, Inc., 1990.

—, Tree of Life Meditation System (T.O.L.M), Brooklyn, NY, Khamit Publications, 1996.

Andrews, Ted, Simplified Magick, St. Paul, MN, Llewellyn, 1989.

Arewa, Caroline Shola, Opening to Spirit, New York, Thorsons/HarperCollins, 1998.

—, Way of Chakras. London, Thorsons, 2001.

Ashby, Muata, The Black African Egyptians, Sema Institute/C.M. Book Publishing, 2007.

—, Egyptian Yoga Volume I: The Philosophy of Enlightenment. 2nd ed. Sema Institute/C.M. Book Publishing, 2005.

Avalon, Arthur, La Puissance du serpent, Dervy, 2006.

Awschalam, David D., Ryan Epstein, et Ronald Hanson, « The Diamond Age of Spintronics », Scientific American, octobre 2007, p. 84-91.

Bastien, Joseph W, Mountain of the Condor, Long Grove, IL, Waveland Press, 1985.

www.beezone.com/DevatmaShakti/Chapter7.html.

Bernal, Martin, Black Athena, PUF, 1999.

Bhattacharyya, N. N., History of the Tantric Religion, 2^e éd. rev. New Delhi, Manohar, 1999.

www.bibliotecapleyades.net/ciencia/ciencia_humanmultidimensionaananatomy.htm.

www.bioenergyfields.org.

Brennan, Barbara Ann, Le pouvoir bénéfique des mains, Tchou, 2011.

Bruyere, Rosalyn, Wheels of Light, Sierra Madre, CA, Bon Productions, 1989.

Bynum, Edward Bruce, The African Unconscious, New York, Teacher's College Press, 1999.

Dale, Cyndi, Advanced Chakra Healing, Berkeley, CA, Crossing, 2005.

—, Illuminating the Afterlife. Boulder, CO, Sounds True, 2008.

—, New Chakra Healing. Woodbury, MN, Llewellyn, 1996.

David, Rosalie, The Ancient Egyptians, London, Routledge & Kegan Paul, 1982.

www.emaxhealth.com/26/1115.html.

Finch, Charles S., III. The Star of Deep Beginnings: The Genesis of African Science and Technology, Decatur, GA, Khenti, 1998.

Furlong, David, Working with Earth Energies, London, Piatkus, 2003.

Glassey, Don, « Life Energy and Healing: The Nerve, Meridian and Chakra Systems and the CSF Connection », www.ofspirit.com/donglassey1.htm.

Goswami, Shyam Sundar, Layayoga, Rochester, VT, Inner Traditions, 1999.

Hauck, Dennis William, The Emerald Tablet, New York, Penguin, 1999.

Hunt, Valerie, Wayne W. Massey, Robert Weinberg, Rosalyn Bruyere, et Pierre M. Hahn, « A Study of Structural Integration from Neuromuscular, Energy Field, and Emotional Approaches », Abstract. 1977. www.somatics.de/HuntStudy.html.

Johari, Harish, Chakras: Centres d'énergie de Transformation, Médicis, 2003.

Judith, Anodea, Eastern Body Western Mind: Psychology and the Chakra System as a Path to the Self, Berkeley, CA, Celestial Arts, 1996.

Kelly, Robin, The Human Antenna, Santa Rosa, CA: Energy Psychology Press, 2006.

Lansdowne, Zachary, The Revelation of Saint John, York Beach, ME, Red Wheel/Weiser, 2006.

Leadbeater, C.W., Les Chakras, Adyar, 1996.

Meeks, Dimitri, et Christine Favard-Meeks, La vie quotidienne des dieux égyptiens, Le Grand Livre du Mois, 2005.

<http://members.tripod.com/~Neurotopia/Zen/Mudra>.

Men, Hunbatz, Religion / Science / Maya, SEPT, 1998.

Motoyama, Hiroshi, et Rande Brown, Science and the Evolution of Consciousness, Brookline, MA, Autumn Press, 1978.

Ozaniec, Naomi, Initiation aux chakras, éd. du Rocher, 1995.

Palamidessi, Tommaso, *The Caduceus of Hermes*, Archeosofica ed. 1969.

Parfitt, Will, *Elements of the Qabalah*, New York, Element, 1991.

—, *Esoteric Anatomy*, Tape series, 1991, Wrekin Trust, UK, cité dans Arewa, *Opening to Spirit*.

Randall, Georgia Lambert, « *The Etheric Body* », Lecture notes, 1983.

Raphaell, Katrina, *The Crystalline Transmission*, Santa Fe, NM, Aurora, 1990.

Schultz, Mona Lisa, *Le Réveil de l'Intuition*, J'ai Lu, 2007.

Simpson, Liz, *Les Chakras, connaissance et harmonisation*, Le Courrier du Livre, 2002.

www.spiritmythos.org/TM/9energybodies.html.

Stein, Diane, *Women's Psychic Lives*, St. Paul, MN, Llewellyn, 1988.

www.sunandmoonstudio.com/YogaArticle/InvisibleAnatomy.shtml.

Tenzin, Wangyal, *Guérir par les formes, l'énergie et la lumière*, Claire Lumière, 2004.

www.theafrican.com/Magazine/Cosmo.htm.

www.universal-mind.org/Chakra_pages/ProofOfExistence.htm.

Varenne, Jean, *Le Yoga et la tradition hindoue*, Retz, 1976.

Villodo, Alberto, *Chaman des Temps modernes*, éd. ADA, 2008.

www.wholebeingexplorations.com/matrix/SpSt/nadis.htm.

Winkler, Gershon, *Magic of the Ordinary*, Berkeley, CA, North Atlantic, 2003.

www.wisdomworld.org/additional/ancientlandmarks/AncientWisdomInAfrica1.html.

Wisner, Kerry, *Song of Hathor: Ancient Egyptian Ritual for Today*, Nashua, NH, Hwt-Hrw Publications, 2002.

Wolf, Rabbi Laibl, *Practical Kabbalah*, New York, Three Rivers, 1999.

Ywahoo, Dhyani, *Sagesse amérindienne*, éd. du Jour, 1999, trad. de *Voices of Our Ancestors*, Boston, MA, Shambhala, 1987.

PARTIE VI

www.acupuncture.com.

www.acupuncture.com/education/tcmbasics/mienshiang.htm.

www.acupuncture.com/education/theory/acuintro.htm.

www.acupuncture.com.au/education/acupoints/category-antique.html.

www.aetw.org/jsp_katsugen_undo.htm.

www.amcollege.edu/blog/massage/amma-massage.htm.

www.angelfire.com/mb/manifestnow/seichimovr.html.

www.anivilliams.com/geometry_music_healing.htm.

www.annals.org/cgi/content/abstract/135/3/196?ck=nck.

www.answers.com/topic/electroacupuncture.

www.anthroposophy.org.

www.appliedkinesiology.com.

www.aromaweb.com/articles/wharoma.asp.

Asokananda (Harald Brust), Chow Kam Thye, *L'art du massage thaï traditionnel*, Duang Kamol, 1996.

www.associatedcontent.com/theme/165/holistic_healing_practices.html.

www.awakening-healing.com/Seichim.htm.

www.ayurveda.com/panchakarma/index.html.

www.bachcentre.com.

Becker, R. O., et A. A. Marino, *Electromagnetism and Life*, Albany: State University of New York, 1982.

Bentov, I., « *Micromotion of the Body as a Factor in the Development of the Nervous System* », in Kundalini: *Psychosis or Transcendence?*, éd. L. Sanella, San Francisco, H. S. Dakin Co., 1976.

Bentov, Itzhak, *Stalking the Wild Pendulum*, Rochester, VT, Destiny, 1977.

www.biologicalmedicine.info.

www.bowenmethodcenter.com.

Bowser, Bruce, « *Mood Brighteners: Light Therapy Gets Nod as Depression Buster* », *Science News*, 23 avril 2005, 399.

www.cam.hi-ho.ne.jp/h_sakamoto/thought/medicine.htm.

Campbell, Don, *The Mozart Effect*, New York, William Morrow and Co., 1997.

www.cancertutor.org/Other/Breast_Cancer.html.

Carnie, L. V., *Chi Gung*, St. Paul, MN, Llewellyn Publications, 1997.

Chien, C. H., J. J. Tsuei, S. C. Lee, et al., « Effects of Emitted Bio-Energy on Biochemical Functions of Cells », *American Journal of Chinese Medicine* 19, n° 3-4, 1991, p. 285-292.

www.chiro.org/acc/What_is_Ryodoraku.shtml.

www.chirobase.org/06DD/best.html.

Clark, Linda, *The Ancient Art of Color Therapy*, Old Greenwich, CT, Devin-Adair, 1975.

Cohen, D., Y. Palti, B. N. Cuffin, et S. J. Schmid, « Magnetic Fields Produced by Steady Currents in the Body », *Proceedings of the National Academy of Science* 77, 1980, p. 1447-1451.

Dale, Cyndi, *Advanced Chakra Healing: Energy Mapping on the Four Pathways*, Berkeley, CA, Crossing, 2005.

Dass, Akhila, et Maohar Croke, « Colorpuncture and Esogetic Healing: The Use of Colored Light in Acupuncture », in *Light Years Ahead*, éd. Brian Breiling, Berkeley, CA, Celestial Arts, 1996.

Dharmananda, Subhuti, « Electro-Acupuncture », www.itmonline.org/arts/electro.htm.

—, « The Significance of Traditional Pulse Diagnosis in the Modern Practice of Chinese Medicine », <http://www.itmonline.org/arts/pulse.htm>.

www.drciprian.com.

www.emdr.com.

www.emofree.com.

Evans, John, *Mind, Body and Electromagnetism*, Dorset, UK, Element, 1986.

www.feldenkrais.com.

<http://fengshui.about.com/od/thebasics/qt/fengshui.htm>.

Fields, H. L., et J. C. Liebeskind, éd., *Pharmacological Approaches to the Treatment of Chronic Pain: New Concepts and Critical Issues—Progress in Pain Research and Management*, Vol. 1. Seattle, IASP Press, 1994.

Flaws, Robert, *The Secret of Chinese Pulse Diagnosis*, Boulder, CO, Blue Poppy Press, 1995.

Gebhart, D. L., G. Hammond, et T. S. Jensen, *Proceedings of the 7th World Congress on Pain—Progress in Pain Research and Management*, Vol. 2. Seattle, WA, IASP Press, 1994.

Gerber, Richard, *Vibrational Medicine*, Santa Fe, NM, Bear & Co., 1988.

Ghadiali, Dinshah P., *Spectro-Chrome Metry Encyclopedia*, 3 vols. Malaga, N.J.: Spectro-Chrome Institute, 1933.

Gingerich, Natalie, « The Energy Workout », *Prevention Magazine*, décembre 2007, p. 152-155.

www.giovanni-maciocia.com/articles/flu.html.

Goldman, Jonathan, « The Sound of Healing: An Introduction with Jonathan Goldman » ; « New Frontiers in Sound Healing » ; « Science of Harmonics » ; « Sound Healing » www.healingsounds.com.

www.hakomi.com.

Han, J. S., *The Neurochemical Basis of Pain Relief by Acupuncture*, Vol. 2. Hubei, China: Hubei Science and Technology Press, 1998. Cité dans www.chiro.org/acupuncture/ABSTRACTS/Beyond_endorphins.shtml.

www.healingsounds.com.

www.healingtouch.net.

www.healthy-holistic-living.com/electrodermal-testing.html.

www.healthy.net/scr/article.asp?id=1957.

www.heartlandhealing.com/pages/archive/bach_flower_remedies/index.html.

Heline, Corine, *Guérison et régénération par les couleurs*, éd. de l'Aigle, 2008.

www.hellerwork.com.

www.hellingerpa.com.

www.hellingerpa.com/constellation.shtml.

www.holisticwebworks.com.

www.holotropic.com.

Hunt, Roland, *The Seven Keys to Colour Healing*, Ashington, UK, C. W. Daniel, 1954.

Ikenaga, Kiyoshi, *Tsubo Shiatsu*, Vancouver, Canada, Japan Shiatsu, 2003.

www.informit.com/articles/article.aspx?p=174361.

www.iritology.com.

www.item-bioenergy.com/infocenter/ScientificBasisMagnetTherapy.pdf.

www.itmonline.org/arts/pulse.htm.

Javane, Faith, et Dusty Bunker, *Numerology and the Divine Triangle*, West Chester, PA, Whitford, 1979.

www.jinshininstitute.com.

Johari, Harish, *Numerology with Tantra, Ayurveda, and Astrology*. Rochester, VT, Destiny, 1990.

www.johrei-institute.org.

Karaim, Reed, « Light That Can Cure You », Special Health Report: Caring for Aging Parents, USA Weekend, 4 février 2007.

Kent, James Tyler, Repertory of the Homeopathic Materia Medica and a Word Index, 6^e édition, New Delhi, India, B. Jain Publishers, 2004.

Kenyon, J. N., Auricular Medicine: The Auricular Cardiac Reflex, Modern Techniques of Acupuncture, Vol. 2. New York, Thorsons, 1983.

www.kinesiology.net/ak.asp.

Kolster, Bernard C., et Astrid Waskowiak, The Reflexology Atlas, Rochester, VT, Healing Arts, 2005.

Lewith, George T., Peter J. White, et Jeremie Pariente, « Investigating Acupuncture Using Brain Imaging Techniques: The Current State of Play », <http://ecam.oxfordjournals.org/cgi/content/full/2/3/315>.

Lieberman, Jacob, Lumière: Médecine du Futur, Le Courrier du Livre, 2011.

www.lightparty.com/Health/Radionics.html.

www.logoi.com/notes/chinese_medicine.html.

Lu, Henry C., Traditional Chinese Medicine, Laguna Beach, CA, Basic Health Publications, 2005.

www.macrobiotics.org.

www.matrixenergetics.com.

www.matrixrepatternning.com.

McTaggart, Lynne, Le champ de la cohérence universelle, Ariane éd., 2008.

www.morter.com.

www.myofascialrelease.com.

www.naturalchoice.net/glossary.htm.

www.naokikubota.com.

Navach, J. H., « The Vascular Autonomic System, Physics and Physiology », Lyon, France: The VIII Germano-Latino Congress on Auricular Medicine, 1981.

www.nccam.nih.gov.

<http://nccam.nih.gov/health/whatisnccam>.

Ni, Daoshing, « Why Do You Keep On Asking Me to Stick My Tongue Out? », www.acupuncture.com.

www.nlm.nih.gov/medlineplus/chiropractic.html.

www.nlpinfo.com.

www.northshorewellness.com/HMR-Definition.htm.

Olszewski, David, et Brian Breiling, « Getting Into Light: The Use of Phototherapy in Everyday Life », Brian Breiling, éd., Light Years Ahead, Berkeley, CA, Celestial Arts, 1996.

www.osteohome.com.

www.periodensystem.ch/tmax_english.html.

<http://www.polaritytherapy.org>.

www.pranichealing.com.

http://pressreleasesonline.biz/pr/Cancer_Care_Expert_Says_Root_Canals_Should_Be_Illegal.

www.prolotherapy.org.

Puthoff, H. E., « Zero-Point Energy: An Introduction », Fusion Facts 3, n° 3, 1991, p. 1.

www.quantumtouch.com.

www.radionics.org.

www.reiki.nu.

www.repatternning.org.

www.repatternning.org/resonanceexplained.htm.

Reuben, Amber, Color Therapy, New York, ASI, 1980.

www.rolf.org/about/index.htm.

www.sacredlotus.com/diagnosis/index.cfm.

www.seemorgmatrix.org.

www.seishindo.org/practices/katsugen_undo.html.

Seto, A., C. Kusaka, S. Nakazato, et al., « Detection of Extraordinary Large Bio-Magnetic Field Strength from Human Hand During External Qi Emission », Acupuncture & Electro-Therapeutics Research, The International Journal 17, 1992, p. 75-94.

Shang, C., M. Lou, et S. Wan, « Bioelectrochemical Oscillations », Science Monthly [Chinese] 22, 1991, p 74-80.

Sollars, David W., The Complete Idiot's Guide to Acupuncture & Acupressure. New York, Penguin, 2000.

Tany, M., S. Sawatsugawa, and Y. Manaka. « Acupuncture Analgesia and its Application in Dental Practices. » American Journal of Acupuncture 2, 1974, p. 287-295.
<http://tcm.health-info.org/tuina/tcm-tuina-massage.htm>.

Terman, M., « Light Therapy for Seasonal and Nonseasonal Depression: Efficacy, Protocol, Safety, and Side Effects », CNS Spectrums, 10, 2005, p. 647-663.

Tiller, William A., « Some Energy Observations of Man and Nature », in The Kirlian Aura, Garden City, NY, Anchor Press/Doubleday, 1974.

Tiller, William A., Science and Human Transformation: Subtle Energies, Intentionality, and Consciousness, Walnut Creek, CA, Pavior Publishing, 1997.

Tillotson, Alan Keith, The One Earth Herbal Sourcebook: Everything You Need to Know About Chinese, Western, and Ayurvedic Herbal Treatments, New York: Kensington, 2001.

www.touch4health.com.

www.tptherapy.com.

Tsuei, Julia J., « Scientific Evidence in Support of Acupuncture and Meridian Theory: I. Introduction ». Publié à l'origine dans IEEE, Engineering in Medicine and Biology 15, n° 3, mai-juin 1996.

Vazquez, Steven, « Brief Strobic Phototherapy: Synthesis of the Future », dans Brian Breiling, éd., Light Years Ahead, Berkeley, CA, Celestial Arts, 1996.

<http://veda.harekrsna.cz/encyclopedia/ayurvedantacakras.htm>.

www.webmd.com/kidney-stones/extracorporeal-shock-wave-lithotripsy-eswl-for-kidney-stones.

http://en.wikipedia.org/wiki/acupuncture_point.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Chiropractic>.

http://en.wikipedia.org/wiki/Feng_Shui.

http://en.wikipedia.org/wiki/Glossary_of_alternative_medicine.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Hypnotherapy>.

http://en.wikipedia.org/wiki/Light_therapy.

http://en.wikipedia.org/wiki/National_Center_for_Complementary_and_Alternative_Medicine.

http://en.wikipedia.org/wiki/Naturopathic_medicine.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Osteopathy>.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Seitai>.

Wong, Cathy, « Tongue Diagnosis », <http://altmedicine.about.com/b/2005/09/20/tongue-diagnosis.htm>.

Wurtman, Richard J., Michael J. Baum, John T. Potts, Jr., éd., The Medical and Biological Effects of Light, New York: New York Academy of Sciences, 1985.

Xie, Zhufan, « Selected Terms in Traditional Chinese Medicine and Their Interpretations (VIII) », Chinese Journal of Integrated Traditional and Western Medicine 5, n° 3, 1999, p. 227-229.

Xie, Zhufan, et Huang Xi, éd., Dictionary of Traditional Chinese Medicine, Hong Kong: Commercial Press, 1984.

CRÉDITS ICONOGRAPHIQUES

Toutes les illustrations sont réalisées par Richard Wehrman en collaboration avec Cyndi Dale, sauf indication contraire.

PARTIE II : ANATOMIE HUMAINE

- 2.1 Une cellule humaine.** Illustration tirée de Shutterstock, par Sebastian Kaulitzki.
- 2.2 La nébuleuse en forme d'ADN.** Photographie reproduite avec l'aimable autorisation de la NASA/JPL-Caltech/UCLA. Illustration tirée de Shutterstock, par James Steidl.
- 2.3 Cellules fasciales.** Photographie reproduite avec l'aimable autorisation des Dr Bing Gan et Jeff Howard, Hand and Upper Limb Center, Lawson Health Research Institute, London, Ontario.
- 2.4 Glande pituitaire.** Illustration tirée de Shutterstock, par Sebastian Kaulitzki, adaptée par Karen Polaski.
- 2.5 Le champ électromagnétique du cœur.** Illustration tirée de Shutterstock, par Sebastian Kaulitzki, adaptée par Karen Polaski
- 2.6 Cellules « tueuses » attaquant un virus.** Illustration tirée de Shutterstock, par Sebastian Kaulitzki.

PARTIE III : CHAMPS ÉNERGÉTIQUES

- 3.3 La résonance de Schumann.** Adaptée de König, H.L Bioinformation – Electro-physical Aspects. Dans Electromagnetic Bioinformation, Popp, F.A., Becker, G., König, H. L. Peschka, W. (éd.), Urban und Schwarzenberg, p. 25, 1979.
- 3.4 Lignes telluriques mondiales.** Illustration de Karen Polaski.
- 3.7 Onde sinusoïdale.** Illustration tirée de Shutterstock, par Bernd Jurgens.
- 3.8 Sphère.** Illustration tirée de Shutterstock, par Kheng Guan Toh.
- 3.9 Séquence de Fibonacci.** Illustration tirée de Shutterstock, par Viktoriya.
- 3.10 Tore.** Illustration tirée de Shutterstock, par Tatiana53.
- 3.11 La Section dorée.** Illustration de Karen Polaski.
- 3.12 La Merkaba.** Illustration de Karen Polaski.
- 3.13 Le Cube de Métatron.** Illustration de Karen Polaski.
- 3.14 Fleur de vie.** Illustration tirée de Shutterstock, par Marcus Turner.
- 3.15 Pentachore.** Illustration de Karen Polaski.
- 3.16 La géométrie sous-jacente aux chakras.** Illustration de Karen Polaski, adaptée de John Evans, Mind, Body and Electromagnetism (Dorset, UK: Element, 1986).
- 3.17 Les solides de Platon.** Illustration de Karen Polaski.
- 3.18 Cymaglyphe de la voix humaine.** © 2008 Sonic Age Ltd., www.sonic-age.com.
- 3.19 Cymaglyphe des anneaux d'Uranus.** © 2008 Sonic Age Ltd., www.sonic-age.com.

PARTIE IV : CANAUX D'ÉNERGIE : CANAUX DE LUMIÈRE

- Yin-Yang.** Illustration tirée de Shutterstock, par Joanne van Hoof.
- 4.2–4.18** Toutes les illustrations des méridiens sont de Richard Wehrman, adaptées de H.U. Hecker, A. Steveling, E. Peuker, J. Kastner, K. Liebchen, Color Atlas of Acupuncture (New York: Thieme, 2001), p. 2-102 ; Arthur Annis D.C., www.AcupunctureCharts.com, illustrations anatomiques de Sharon Ellis M.A., CMI ; graphiques de Lauren Keswick M.S., www.medicalartstudio.com ; www.yinyanghouse.com.
- 4.19 Tableau des Cinq Phases.** Illustration de Karen Polaski (données tirées de Five Element Acupuncture Chart, © 2004 AcupunctureProducts.com et www.tcmworld.org/_downloads/five_element_chart.pdf).
- 4.23 Les cycles du qi.** Illustration de Karen Polaski.

PARTIE V : CORPS ÉNERGÉTIQUES : CHAKRAS ET AUTRES « INTERRUPTEURS »

5.14 Le Sushumna. Illustration de Karen Polaski.

5.16 Le caducée de la kundalini. Illustration tirée de Shutterstock, par James Steidl.

5.18 Les koshas. Illustration de Karen Polaski.

5.20 Le système tibétain aux six chakras. Illustration de Richard Wehrman. Données tirées du Ligmincha Institute, www.ligmincha.org.

5.21 Le système tsalagi (cherokee). Illustration de Richard Wehrman. Adaptée d'un dessin de T. True, basé sur des images montrées par des anciens au Vénérable Dhyani Ywahoo durant son enfance.

5.31 L'Arbre de Vie : les dix sephiroth. Illustration de Karen Polaski.

PARTIE VI : PRATIQUES ÉNERGÉTIQUES

6.1 Acupuncture. Photographie tirée de Shutterstock, par Salamanderman.

6.2 Moxibustion. Photographie tirée de Webstockpro.

6.3 Ventouses. Photographie tirée de Webstockpro.

6.4 Zones d'acupuncture de Kubota. Adaptée de et avec l'aimable autorisation du Dr Naoki Kubota, www.naokikubota.com.

6.5 Système de Calligaris : mains et organes. Illustration de Richard Wehrman. Adaptée de M. Hubert, M. Schweizer, Conference of the World Federation of Healing, 1987, Université de York, avec l'aimable autorisation de la World Research Foundation, www.wrf.org.

6.6 Chakras et pierres précieuses.

Héliotrope : photographie tirée de Shutterstock, par Graca Victoria ;

Quartz fumé : photographie tirée de Shutterstock, par Morozova Tatyana (Manamana) ;

Agate de feu : photographie de Richard H. Bolger/TowerCrystals.com ;

Œil de tigre : photographie tirée de Shutterstock, par Garth Helms ;

Hématite : photographie tirée de Shutterstock, par Alexander Iotzov ;

Citrine : photographie tirée de Shutterstock, par Linda ;

Cornaline : photographie tirée de Shutterstock, par Alexander Iotzov ;

Pierre de lune : photographie tirée de Shutterstock, par Alexander Iotzov ;

Topaze dorée : photographie tirée de Shutterstock, par Morozova Tatyana (Manamana) ;

Quartz rutilé : photographie tirée de Richard H. Bolger/TowerCrystals.com ;

Citrine jaune : photographie tirée de Shutterstock, par Jens Mayer ;

Héliolite : photographie tirée de Shutterstock, par Doru Cristache ;

Calcite : photographie tirée de Shutterstock, par Morozova Tatyana (Manamana) ;

Malachite : photographie tirée de Shutterstock, par Jiri Vachek ;

Quartz rose : photographie tirée de Shutterstock, par Martin Novak ;

Tourmaline melon d'eau : photographie de Globalcrystals.com ;

Turquoise : photographie tirée de Shutterstock, par Pavel ;

Sodalite : photographie tirée de Shutterstock, par Jan Hofman ;

Lapis-lazuli : photographie tirée de Shutterstock, par nagib ;

Célestite : photographie tirée de Shutterstock, par Morozova Tatyana (Manamana) ;

Aigue-marine : photographie tirée de Shutterstock, par Alexander Maksimov ;

Fluorite mauve : photographie tirée de Shutterstock, par Nicholas Sutcliffe ;

Azurite : photographie tirée de Shutterstock, par Morozova Tatyana (Manamana) ;

Améthyste : photographie tirée de Shutterstock, par Marco Cavina ;

Quartz clair : photographie tirée de Shutterstock, par Gontar ;

Diamant Herkimer : photographie de Richard H. Bolger/TowerCrystals.com ;

Diamant : photographie tirée de Shutterstock, par Zbynek Burival.

6.9 Chromothérapie : associations entre les chakras et les zones corporelles. Illustration de Richard Wehrman. Données tirées de Steven Vazquez, « Brief Strobic Phototherapy », dans Light Years Ahead (Berkeley, CA, Celestial Arts, 1996), p. 61, 79 et 85.

6.11 Points Shiatsu principaux. Illustration de Richard Wehrman. Données tirées de Kiyoshi Ikenaga, Tsubo Shiatsu (North Vancouver, BC, Japan Shiatsu Inc, 2003), p. 12-14.

6.12 Points Shiatsu Keiketsu. Illustration de Richard Wehrman. Données tirées de Kiyoshi Ikenaga, Tsubo Shiatsu, p.

6.13 Système énergétique thaïlandais. Illustration de Richard Wehrman. Adaptée d'Asokananda (Harald Brust) et Chow Kam Thye, *The Art of Traditional Thai Massage Energy Line Chart*, Richard Bentley, éd. (Bangkok: Nai Suk's Editions Co. Ltd., 1995).

6.14 L'énergétique dentaire. Illustration tirée de Dreamstime : José Antonio Nicoli.

6.19–6.25 Réflexologie. Illustrations de Richard Wehrman. Données tirées de l'Ontario College of Reflexology hand and foot charts, © 1999 Donald A. Bisson ; Richard Feely, *Yamamoto New Scalp Acupuncture: Principles and Practice* (New York, NY: Thieme Medical Publishers Inc., 2006) ; Kolster et Waskowiak, *The Reflexology Atlas* (Rochester, VT: Healing Arts, 2005), p. 244-251 ; Olszewski et Breiling, « Getting Into Light », *Light Years Ahead*, p. 290-291.

À PROPOS DE L'AUTEUR

CYNDI DALE est mondialement reconnue comme une autorité en matière d'anatomie des énergies subtiles. Elle est l'auteur de plusieurs ouvrages sur la guérison énergétique, dont la *Bible de la guérison par les chakras*, publiée en plus de dix langues, et de six autres best-sellers sur le sujet, dont *Advanced Chakra Healing* et *Illuminating the Afterlife*. À travers sa société, Life Systems Services, elle délivre, à des milliers de patients par an, des évaluations intuitives et une thérapie de vie, en cherchant constamment à inspirer les autres et à les guider vers leur mission et leur être véritables. Son enthousiasme et sa sollicitude ravissent tous ceux qui participent à ses séminaires, stages et cours dispensés dans le monde entier.

Cyndi a conçu plusieurs CD et DVD, dont *Advanced Chakra Wisdom*, *Illuminating the Afterlife* et *Healing Across Space and Time : Guided Journeys to your Past, Present and Parallel Lives*, produits par Sounds True ; ainsi que *Healing Across Time*, coproduit par Sounds True et One Spirit. Elle s'est formée à la thérapie transculturelle et aux systèmes énergétiques et a dirigé des sessions d'enseignement dans des pays comme le Pérou, le Costa Rica, le Vénézuéla, le Japon, le Belize, le Mexique, le Maroc, la Russie et à travers l'Europe, ainsi que parmi les Lakotas et les Kahunas hawaïens. Elle vit actuellement à Minneapolis, dans le Minnesota, avec ses deux fils et ses cinq animaux de compagnie (aux dernières nouvelles). Vous trouverez davantage d'informations sur les activités et outils de Cyndi sur www.cyndidale.com.

AUTRES ŒUVRES DE CYNDI DALE

LIVRES

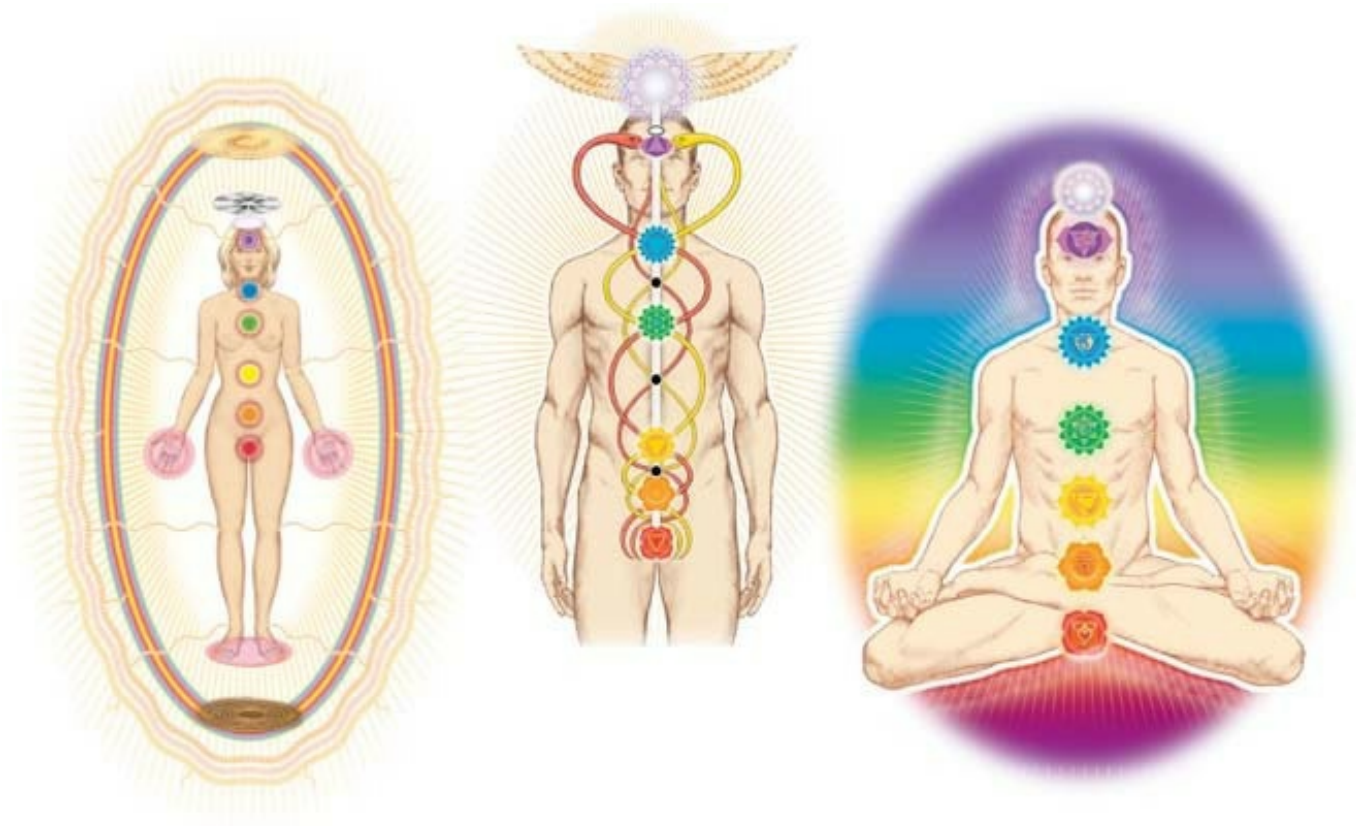
La Bible de la guérison par les chakras
Illuminating the Afterlife : Your Soul's Journey Through the Beyond
Advanced Chakra Healing : The Four Pathways
Advanced Chakra Healing : Cancer
Advanced Chakra Healing : Heart Disease
Attracting Prosperity Through the Chakras
Attracting Your Perfect Body Through the Chakras
The Littlest Christmas Star

PROGRAMMES AUDIO

Advanced Chakra Wisdom
Healing Across Space and Time : Guided Journeys to Your Past, Future, and Parallel Lives
Illuminating the Afterlife
Healing Across Time : Guided Journeys to Your Past and Future

À PROPOS DE L'ILLUSTRATEUR

RICHARD WEHRMAN est un graphiste, illustrateur et poète indépendant dont les œuvres primées ont été exposées à la Society of Illustrators Gallery de New York, au Rochester Institute of Technology, à l'UNESCO International Poster Show et au St. Louis Art Museum. Son travail a été reconnu par la Society of Illustrators, *PRINT*, *Communication Arts Illustration Annuals*, *Graphis Annuals*, le New York Art Directors Club et l'American Advertising Federation. La National Society of Illustrators lui a également décerné une médaille d'or. Richard a étudié pendant quinze ans avec Roshi Philip Kapleau et Toni Packer au Rochester Zen Center, et avec Dale Goldstein de la méthode Heartwork. Il siège actuellement au conseil d'administration de l'Heartwork Institute S.A. et vit et travaille à East Bloomfield, New York. Pour en apprendre davantage sur le travail de Richard, veuillez consulter www.richardwehrman.com.



RICHARD BARTLETT

Matrice énergétique

Pénétrez dans le champ du potentiel de la conscience

Préparez-vous à pénétrer dans un monde
où vos perceptions de l'humainement et du physiquement possible
ne seront plus jamais pareilles

Il y a une dizaine d'années, le docteur Richard Bartlett fit une découverte renversante en exerçant son métier de chiropraticien. En focalisant intensément son attention sur les maux de ses patients tout en les touchant légèrement, il fut capable de libérer et de soigner leurs tensions instantanément. Dans *La Physique des miracles*, le docteur Bartlett explore en profondeur ce processus révolutionnaire connu sous le nom de *Matrice énergétique*, qui est également le titre de son best-seller. En se fondant sur ses séminaires dynamiques, destinés à révéler l'énergie subtile qui est en nous, Richard Bartlett nous livre des concepts novateurs en matière de guérison et de transformation, et offre aux lecteurs les outils et la connaissance permettant d'accéder à cette faculté miraculeuse. Comme le démontre le Dr Bartlett, cette pratique n'exige aucun entraînement spécial, induit des transformations rapides et vous donne la clé d'un tout nouveau niveau de puissance, de conscience et de potentiel dans votre vie.

RICHARD BARTLETT

La Physique des Miracles

Pénétrez dans le champ du potentiel de la conscience

Préparez-vous à pénétrer dans un monde où
vos perceptions de l'humainement et du physiquement possible
ne seront plus jamais pareilles

Il y a une dizaine d'années, le docteur Richard Bartlett fit une découverte renversante en exerçant son métier de chiropracteur. En focalisant intensément son attention sur les maux de ses patients tout en les touchant légèrement, il fut capable de libérer et de soigner leurs tensions instantanément. Dans *La Physique des Miracles*, le docteur Bartlett explore en profondeur ce processus révolutionnaire connu sous le nom de *Matrice énergétique*, qui est également le titre de son best-seller. En se fondant sur ses séminaires dynamiques, destinés à révéler l'énergie subtile qui est en nous, Richard Bartlett nous livre des concepts novateurs en matière de guérison et de transformation, et offre aux lecteurs les outils et la connaissance permettant d'accéder à cette faculté miraculeuse. Comme le démontre le Dr Bartlett, cette pratique n'exige aucun entraînement spécial, induit des transformations rapides et vous donne la clé d'un tout nouveau niveau de puissance, de conscience et de potentiel dans votre vie.

ERIC DE LA PARRA PAZ

Réveillez votre excellence

Le pouvoir de la neuro-intelligence

Chacun d'entre nous possède les ressources nécessaires
pour améliorer sa vie.

Mais, le plus souvent, nous ne savons pas comment les utiliser.

L'un des parcours les plus efficaces et les plus répandus dans le monde pour réveiller notre excellence est la programmation neurolinguistique. Cette technique, un maître aussi extraordinaire qu'Eric de la Parra Paz l'a affinée au point de la rendre, au fil du temps, encore plus concrète, pratique et facile à comprendre. Ce livre, qui recueille les précieux enseignements transmis par l'auteur au cours de ses célèbres séminaires, illustre comment chacun peut réveiller l'excellence de son inconscient, utiliser son intelligence perceptive et exploiter pleinement et consciemment les nombreuses potentialités de l'être humain pour en tirer le meilleur parti. À travers des exercices dirigés, des réflexions, des exemples et des tableaux récapitulatifs, il devient facile de comprendre immédiatement nos différentes façons de communiquer, le rapport entre conscient et inconscient, la façon dont nous influençons les autres, la raison de nos élans amoureux, la manière de s'approprier durablement des pensées, croyances et acquis positifs et de comprendre comment tout cela influence les résultats que nous pouvons obtenir dans tous les domaines de notre vie.

ERIC DE LA PARRA PAZ

PNL avec les enfant

Comment leur créer un avenir magnifique !

Offrez à vos enfants le plus beau des héritages :
aidez-les à réaliser pleinement leur destin.

Être père ou mère signifie offrir à ses enfants la liberté d'être soi-même.

Devenir père ou mère signifie relever un défi passionnant pour lequel il est important d'avoir à sa disposition les instruments et les connaissances appropriés. Ce manuel, qui applique les célèbres principes de la programmation neurolinguistique et des cartes mentales à l'éducation de l'enfant, vous accompagnera au quotidien dans la responsabilité qui est la vôtre de soutenir vos enfants sur le chemin de la croissance et de l'évolution.

À travers des sections théoriques, des questionnaires, des tests et des exercices comparatifs, cet ouvrage vous permettra de mieux connaître vos enfants et d'en encourager les capacités, le potentiel et les croyances positives afin de les aider à grandir dans la plus grande estime de soi.

Un livre pour une mission spéciale

MASSIMO TEODORANI

Synchronicité

Le rapport entre physique et psyché de Pauli et Jung à Chopra

De mystérieux événements synchrones semblent parsemer nos vies. Tandis qu'une pensée affleure, un fait, qui renferme toujours un sens profond dont le but est de conduire nos vies vers leur destin, se produit à l'improviste, dans un synchronisme parfait. L'objectif de ce livre est de démontrer que le phénomène de la « synchronicité » est depuis longtemps étudié, en particulier par les physiciens quantiques. Ces recherches plongent leurs racines dans l'alliance durable et harmonieuse entre le grand psychologue analytique *Carl Gustav Jung* et le physicien quantique *Wolfgang Pauli*. Un livre qui s'adresse à tous les passionnés de physique et de psychologie, à ceux qui ne se contentent pas d'attribuer des phénomènes parfois incroyables au hasard et qui veulent en savoir plus en puisant dans les connaissances de personnages scientifiques éminents.

MASSIMO TEODORANI

Entanglement

L'intrication quantique,
des particules à la conscience

Le phénomène de l'intrication quantique est l'aspect le plus bouleversant jamais dévoilé par la physique quantique contemporaine et semble intéresser non seulement les particules élémentaires, mais également le monde macroscopique et psychique.

L'auteur, en utilisant un langage clair et accessible à tous, nous conduit, au cours d'un voyage enthousiasmant, dans les laboratoires et les centres de recherche du monde entier où se déroulent certaines des plus grandes aventures scientifiques, dans un crescendo prenant qui nous mène du monde microscopique des photons et des électrons aux mystères de l'ADN, du cerveau et de la conscience, jusqu'aux phénomènes psychiques et à ceux de conscience collective.

Un seul mécanisme physique synchrone semble unir tous ces phénomènes, où particules, matière et conscience se fondent en une seule réalité holographique, en rendant des phénomènes comme la télépathie, la téléportation, la clairvoyance, la vision à distance et la psychokinésie, concrets et intelligibles.

JOHANNES WALTER

Chakras, Mandalas et Symboles
de nombreuses cultures et traditions à travers le monde
Colorier, Faire preuve de créativité, Méditer

Les mandalas, les chakras et les symboles se retrouvent dans de nombreuses cultures de par le monde. À travers ces images, l'homme a représenté, entre autres, la trajectoire du soleil tout au long de l'année, l'énergie rayonnant de certains centres corporels, le mouvement de l'univers et le cycle éternel de la vie. Le fait de nous immerger de manière intuitive dans ces formes lorsque nous les peignons nous permet également d'entrer en contact avec la force qu'elles symbolisent. Cela s'apparente pour nous à une méditation qui apaise l'esprit, nous détend et libère la créativité cachée au plus profond de chacun de nous. Cet album invite le lecteur à s'exercer de manière créative et ludique sur les formes proposées, à peindre ces puissants et anciens symboles qui nous accompagnent depuis des millénaires, tout en laissant libre cours à son imagination.

THOMAS VARLENHOFF

Le Livre des Mandalas
ÉNERGIE, MÉDITATION ET GUÉRISON

100 merveilleux mandalas originaux,
appartenant à différentes cultures et traditions du monde

Dans ce nouvel ouvrage, vous trouverez des mandalas hindous, tibétains, arabes, chrétiens, aztèques, celtes, et bien d'autres encore. Chaque jour, vous pourrez en choisir un différent, en ouvrant le livre au hasard ou en le feuilletant page par page jusqu'à ce qu'un mandala retienne votre attention. Quelle que soit la méthode que vous adopterez, chaque mandala va demander toute votre attention et votre créativité pour exprimer son pouvoir à travers les couleurs.

Le mandala vous renvoie votre image et le colorier est un moyen créatif et relaxant de parvenir à une meilleure connaissance de soi et à une plus grande intériorisation.

Thomas Varlenhoff, né en Espagne de parents allemands, a consacré une grande partie de sa vie à parcourir le monde et à étudier les cultures orientales. Il a passé de nombreuses années en Inde, où il s'est spécialisé dans l'étude des mandalas.

Découvrez autres livres de MACRO ÉDITIONS

SCIENCE ET CONNAISSANCE

MASSIMO TEODORANI, Synchronicité : le rapport entre physique et psyché de Pauli et Jung à Chopra

MASSIMO TEODORANI, Tesla : l'éclair du génie

RICHARD BARTLETT, Matrice énergétique : la science et l'art de la transformation

RICHARD BARTLETT, La Physique des miracles : pénétrez dans le champ du potentiel de la conscience

LYNNE MCTAGGART, Le Lien Quantique : la carte pour changer de vie et vivre en harmonie avec les autres et la nature

NOUVELLES PISTES THÉRAPEUTIQUES

DR JOHN O. A. PAGANO, Guérir du **psoriasis** : l'alternative naturelle

VALERIO PIGNATTA, Comment guérir les infections à **candida** ? – Caractéristiques et traitements naturels

LARRY CLAPP, Guérir la **prostate** en 90 jours, sans médicaments ni opération

GABRIEL COUSENS, Soigner son **diabète** en 21 jours

RAUL VERGINI, **Hypothyroïdie** : une urgence méconnue

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

NAPOLEON HILL, Réussir : rien dans les poches, tout dans la tête

BOB PROCTOR, Vous êtes né riche. Êtes-vous prêt à gagner beaucoup d'argent grâce à vos richesses intérieures ?

ERIC DE LA PARRA PAZ, La PNL avec les enfants. Techniques, valeurs et comportements pour augmenter la confiance en soi de vos enfants

ERIC DE LA PARRA PAZ, Réveillez Votre Excellence : le pouvoir de la Neuro-Intelligence

JOHANNES WALTER, Chakras, Mandalas, Symboles : colorier, faire preuve de créativité, méditer

SAVOIRS ANCIENS

ZECHARIA SITCHIN, Quand les géants dominaient sur Terre

ZECHARIA SITCHIN, La Fin des Temps

ZECHARIA SITCHIN, Le Livre perdu du dieu Enki

ZECHARIA SITCHIN, Cosmo genèse : les preuves scientifiques de l'existence de la planète cachée à l'origine de l'humanité

SUSAN SHUMSKY, Ascension. La clé secrète de l'immortalité

VÉRITÉS CACHÉES

MARCO DELLA LUNA ET PAOLO CIONI, Neuro-Esclaves : techniques et psychopathologies de la manipulation politique, économique et religieuse

DAVID ICKE, Le Guide David Icke de la Conspiration Mondiale

MACRO JUNIOR

Les plus beaux mandalas pour enfants

Les plus beaux mandalas pour toutes les saisons

Les mandalas des contes de fées

Et si on coloriait les mandalas ?

Mandalas fantastiques

Vous pouvez vous procurer ces titres en librairie ou les commander directement à notre diffuseur

en France et au Benelux :

DG DIFFUSION : ZI de Boques, rue Gutenberg – 31750 Escalquens (France)

info@dgdifffusion.com – Tél : +33 (0)5 61 00 09 99 – Fax : +33 (0)5 61 00 23 12

au Canada :

PROLOGUE INC. : 1650, boulevard Lionel-Bertrand - Boisbriand (Québec) J7H 1N7, Canada

fpaquette@prologue.ca – Tél : (450) 434-0306 – Fax : (450) 434-2627

en Suisse :

TRANSAT Diffusion SA - distribution SERVIDIS SA : Ch. des Chalets 7 – 1279 Chavannes-de-Bogis (Suisse)

commande@servidis.ch – Tél : +41 (0)22 96 09 525 – Fax : +41 (0)22 77 66 364

Pour de plus amples informations sur notre production, écrivez
à info@macroeditions.com ou visitez notre site www.macroeditions.com

**Ce livre est publié dans la Collection « Nouvelles Pistes Thérapeutiques »
de Macro Éditions.**

*À vous tous qui recherchez de nouvelles techniques pour mieux vivre
et jouir d'un bien-être plus profond...*

À vous tous qui désirez réaliser vos rêves...

*À vous tous qui êtes ouverts à l'innovation, prêts à remettre en question vos
convictions et à changer vos habitudes les plus ancrées...*

... Macro Éditions dédie ses livres.

Macro Éditions traite sans tabous les thèmes les plus novateurs et les plus demandés du moment : spiritualité ; développement personnel ; santé physique, mentale et spirituelle : nouvelles sciences et anciennes sagesse.

Notre catalogue vous ouvre aux multiples voies de l'art de guérir, par les enseignements des plus grands spécialistes en la matière dont nous nous faisons le porte-parole.

Découvrez notre catalogue complet sur notre site

www.macroeditions.com

Renseignements à :
info@macroeditions.com

Notice bibliographique

*Le Corps Subtil. The Subtle Body. La Grande Encyclopedie de l'Anatomie
Énergétique / Cesena - Italie : Macro Éditions, 2013*

464 p. ; 23,5 cm

Titre original : *The Subtle Body. An Encyclopedia of Your Energetic anatomy*

Traduction de Cynthia Syoen

ISBN 978-88-6229-298-6